موسوعة العلاج بالصيدلية الإلهية





تأليف
ماريا تريبين

ترجمة
فرات سيدو ميمي

موسوعة العلاج

في الصيدلية الإلهية

تأليف

مـاريـا تـريبين

ـ هنغاريـة ـ

ترجمة

د. فرات سيدو ميمي

مراجعة وتدقيق

أ. عبد الله سنده



٢٠٠٤

طبع هذا الكتاب بموافقة وزارة الإعلام

في الجمهورية العربية السورية

رقم/ ٧٧٩٢٢/

دارالرضوان

حلب ـــ مقابل صالة الأسد

هاتف : ٢٢٣٣٥٦٢



بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمة الكتاب

في الوقت الذي صار فيه كثير من الناس يتوجهون للعيش بحياة أكثر قرباً من الطبيعة؛ حيث أنهم لمسوا ما يتعرضون فيه لمختلف الأمراض - والتي قد تكون خطيرة جداً لاتباع عادات أو ممارسات خاطئة -.

لهذا، كان الاهتمام نحو استعمال الأدوية من مصادر طبيعية، أوجدها الله - سبحانه - في كرتنا الأرضية، ولا نعدو الحقيقة إذا قلنا: إن لكل مرض نبات طبيعي يمكن أن يكون دواءً له، وذلك إذا تم جني هذه الأعشاب بعناية، وفي أوقات معينة.

ومن ثم: تحضير تلك العشبة [وهذا ممكن في المنزل]، ثم شربها بشكل صحيح، وفي زمن محدد، حسب مدة العلاج، سواءً كان:

- منقوعاً، كالشاي.
- أو على شكل خلاصات، دون سكر.
- أو بالتدليك [الكمادات][١]

وبدايةً؛ يجب استعمال الأعشاب الطبية المنقية للدم؛ مثل:

- عشبة (لسان الحمل) = آذان الجدي.

---

(١) الكمادات: قطعة قماش تغطس في منقوع ما، توضع على مكان المرض فتخففه أو تشفيه.

- عشبة ثومة الدب.[(١)]
- عشبة القريص.
- عشبة زهرة الحواشي [الويرونيكة].
- عشبة الطرخشقون.
- عشبة لسان الثور.

ويجب استعمال هذه الأعشاب حسب المواصفات أو الإرشادات المذكورة ـ هنا ـ وضرورة تنقيتها في أماكن غير ملوثة، أما المغلي منها أو المنقوع؛ فيجب فيه استعمال مياه نقية صافية، وإلا فيمكن استعمال مياه معدنية.

• وفي حالة الأمراض الجلدية: ـ المترافقة مع حمى، وارتفاع حرارة الجسد، أو غيرها من الأعراض؛ فيجب فحص المريض من قبل الطبيب؛ لتشخبص المرض ومعالجته دوائياً، وإلا جراحياً.

ملاحظة:

هذه الأعشاب الواردة في هذا الكتاب لا تحل محل الطبيب المعالج، لكنها تساعد في العلاج وتسرع في الشفاء.

• كما أن هذه الأعشاب [نقية، غير ضارة]؛ فمثلاً في حالة أمراض السل أو نقص عمل الكلية؛ فإن الأدوية غير العشبية؛ تترك آثاراً جانبية ضارة [ذات سُمِّية عالية عند كثرتها]؛ كما أن الأدوية الحالية قد تؤدي إلى ظهور جراثيم أكثر مناعة تجاه هذه المضادات الحيوية، [ناهيك عن غلاء ثمنها وفسادها،..].

---

(١) ثومة الدب: جنس من الزنبقيات تستعمل كالبقدونس، واسمها Allium Ursinum.

● وهناك أدوية أخرى ـ كالمهدئات ـ [1]؛ فعند استعمالها بكثرة؛ فإنها تصبح خطيرة، وليست ضارة فقط، إذ تؤدي إلى الإدمان لفترات طويلة، وربما إلى ظهور (سرطان الثدي لدى النساء).

الخلاصة :

إن الأعشاب الدوائية: تساعد في معالجة الأمراض الخطيرة، وتقلل من الأدوية الطبية الصيدلانية الكيميائية.

● كما تقلل من الآثار الجانبية، أو قد تمنعها، [حتى ولو كثر استعمالها، فلا ضرر منها البتة].

❊ ❊ ❊

(١) المهدئات: استعمالات تخفف من وطأة المرض الهائج، وتشمل: الحمامات، الفيتامينات، الزعرور، زهرة الآلام، الخس، حشيشة الدينار، والتهدئة الروحية، وتخفيف الغضب بالوضوء أو الاغتسال، والتحلي بالخلق.
انظر: صيدلية المنزل (١٤٤).

فهرس ـ القسم العام :

يشمل الفهرس العام على أهم أبحاث هذا الكتاب، وسترد حسب أهميتها، ووفق ترتيبها المنطقي، وهي كما يلي:

١ـ جني وحفظ وتحضير الأعشاب الطبية، [وتشتمل على]:

- طرق تحضير المنقوع، كالشاي، ويسمى المنقوع الحار، عدة دقائق، في ماء حار، أو ساخن أو كالمنقوع البارد،
- وضع الأعشاب للنقع، أو غليها مع الماء، [تختلف الطريقة حسب نوعية العشبة].

٢ـ التحضير الطازج للأعشاب الطبية، بشكل مجروش، أو مهروس.

٣ـ تحضير كمادات [رفادات] من أبخرة الأعشاب الطبية.

٤ـ تحضير المراهم والزيوت، من الأعشاب الطبية.

٥ـ تحضير مغاطس، كاملة، أو جزئية، [على شكل حوض سباحة، أو بشكل جزئي موضعي].

٦ـ تحضير الأعشاب للاستنشاق [وهي للأعشاب السويدية خاصة].

٧ـ أهم الأعشاب الطبية :

- اللفت (السلجم).
- الزعتر البري.
- ذيل الحصان.
- إكليل الجبل (أو بزر الكتان).
- الآزريون.
- الحماض البري.
- الجوز.
- زنبق الماء.

- عشبة لسان الحمل (آذان الجدي).
- الخبيز (الخبيزة).
- آذان الدب.
- ذيل الفأر.
- أعشاب غير معروفة عندنا، لتغير اسمائها، مثل اللصاقة، وزهرة الحنا، والجنية الصفراء أو البيضاء، والبتلة ـ أو تويجة الملكة.
- ثومة الدب.
- زهرة البابونج.
- الطرخشقون.
- رجل الذئب.
- اللفت (السلجم الأبيض)، (وسلجم النهر).
- عشبة درقة الدجاجة.
- عشبة لسان الجارة.
- الذرة [وهناك أنواع لها أسماء غير متعارف عليها عندنا في البلاد العربية].
- عشبة التؤلولة (الثآليل).
- عشبة الميرمية.
- العشبة ـ أو الزهرة ـ ذات السوط الذهبي.
- العشبة الخشخاشة.
- لحية الراعي.
- رجل القطة (ركشة العجوز).
- عشبة الغافت.
- عشبة القريص.
- عشبة القريص الأصفر.
- عشبة الويرونيكة [زهرة الحواشي].

- عشبة الدبق (التهدال).
- الأعشاب الطبية السويدية [مع وصفة لبعض الأعشاب المرة السويدية].

نصائح عامة من أجل :

- حب الشباب
- مرض السكتة (ضربة الدم)؛ عقب نوبة نزف فجائي غزير، مع أعراض شلل.
- طرق علاجية بالأعشاب الطبية، وذلك للوقاية من مرض السكتة (أو ضربة الدم).

** داء المفاصل غير الالتهابي.
** التهاب المفاصل، أو: الرثية المفصلية.
** داء المفاصل الحرقفي الفخذي.
** ضمور العضلات.
** التعرض للبرد، وأمراضه.
** أمراض القلب والأوعية الدموية.
** الحصى داخل المرارة.
** مرض سد العين (الماء الزرقاء، العدسة الكدرة)
** مرض الماء السوداء في العين.
** مغص الزائدة الدودية.
** الإمساك.
** مرض السكري.
** الآلام الناتجة عقب بتر الأعضاء.
** الوذمة.
** مرض الانتفاخ الرئوي.

❊❊ داء الحمرة ـ الحقب [ضيق القلفة[1] ـ أو الغرلة]؛ وما يتوجب ختانه جراحياً، (الخزب)[2].

❊❊ القش أو التبن، أو العشب المجفف، وتضخم الغدة الدرقية أو الرشح التحسسي بسبب ذلك.

❊❊ الناسور.

❊❊ الورم الوعائي، الدموي.

❊❊ مرض نزف الدم الناعوري ـ الناعور.

❊❊ سقوط الرحم.

❊❊ فقدان الشهية للطعام، وخصوصاً لدى الأطفال.

❊❊ سلس البول.

❊❊ التهابات ما حول الأظافر.

❊❊ غزارة إدماع العين.

❊❊ آفات آلام البرد القوي.

❊❊ غزارة الطمث [الحيض].

❊❊ القيء المتقيح.

❊❊ الالتهاب الكلوي المتقيح.

❊❊ آلام العصب الوجهي.

❊❊ وجود الرمل في الكلية والمثانة، والحصى الكلوية.

❊❊ الداحس [التهاب الإصبع المتقيح].

❊❊ مرض (باركنسون) ـ أو داء الرجفان ـ.

❊❊ داء الصدفية.

❊❊ الذكاء والقدرة على التعلم والدراسة والتركيز، وخصوصاً لدى الأطفال، وصعوبة النوم لديهم.

---

(١) القلفة: مقدمة الذكر، والتي تزال عند الختان.

(٢) الخزب: ورمٌ من غير ألم.

❊❊ الفواق، ترقق أو تآكل العظام.

❊❊ القوباء المنطقية، والتي تظهر في منطقة موازية لامتداد عصب حسي، مع ما يصاحب ذلك من حبات حمراء.

❊❊ نصائح من أجل أمراض ذات طبيعة سرطانية؛ وتشمل:

- سرطان العقد اللمفاوية.
- سرطان المعي أو المصران.
- سرطان الحنجرة.
- سرطان اللسان.
- سرطان العظام.
- سرطان أعضاء منطقة الحوض.
- سرطان البنكرياس.
- سرطان الجلد.
- سرطان الرئة.
- سرطان الكلية.
- سرطان الثدي.
- سرطان المعدة، والخصية، والغدة الدرقية..

❊❊ تليف (أو تشمع الكبد)، وسرطان الكبد.

❊❊ سرطان الدم.

❊❊ أورام مختلفة.

❊❊ نصيحة لا بد منها.

❊❊ تخمير الحليب.

❊ ❊ ❊

القسم العام

جني وحفظ وتحضير الأعشاب الطبية

جني الأعشاب الطبية: في البداية؛ يجب أن تكون هناك دراية ومعرفة بالأعشاب الطبية، وبعدئذٍ: تأتي مرحلة جني هذه الأعشاب؛

- في الوقت الصحيح للجني.
- والمكان الصحيح.
- وبالطريقة الصحيحة.
- وأفضل هذه الأعشاب الطبية؛ هي التي تجنى طازجة، وبالأخص مبكراً، وفي بداية الربيع، وحتى نهاية شهر (شباط)، ويستمر جني هذه الأعشاب أحياناً حتى شهر تشرين الثاني.
- وقد توجد بعض الأعشاب الطبية في فصل الشتاء، في أمكنة غير مألوفة، وربما تحت طبقة الثلج أو الجليد في الجبال.
- يكون جني الأعشاب الطبية في الشتاء بشكل ثانوي، احتياطي [أي عند الحاجة]، وبكمية قليلة، ويجب أن يكون جني الأعشاب الطبية في مرحلة احتوائها على المواد الفعالة بشكل أعظمي، وهذا يختلف بحسب الجزء المستخدم في العشبة الطبية في العلاج؛
  - الأزهار: تجبى في بداية مرحلة الإزهار.
  - الأوراق: تجبى قبل وبعد مرحلة الإزهار.
  - الجذور: تجبى [تقتلع من التربة] في بداية الربيع أو الخريف.
  - الثمار: تجبى في مرحلة النضج.

• يجب جني الأعشاب غير المريضة، والتي ليست بها آفات. ويشترط أن تكون نظيفة، ودون وجود حشرات.

• ويجب أن تكون في النهار المشمس، وأن تكـون الأعشـاب جافـة، غير رطبة، لذا فإن جني الأعشاب يجب أن يتم بعد أن يكون الندى قد ولّى.

الأماكن غير الجيدة لجني الأعشاب :

▪ الحقول المسمدة بالسماد الكيماوي.

▪ الحقول والضفاف، بجانب المياه القذرة، والملوثـة، أو تلـك الـتي بجانب السدود، وخطوط السكك الحديدية، أو التي تقع قرب الطـرق، ذات حركة سير كبيرة.

▪ بجانب المصانع والمعامل.

عند جني الأعشاب، يجب التنبيه والحذر إلى :

▪ عدم سحق الأزهار والأوراق في أكياس نايلون [بلاستيكية]، بل يـتم جمعها بأكياس ورقية أو في قماش قطني [غير مطبوع عليه بشيء، ولا يحمـل أحباراً أو مواد كيماوية].

▪ الأعشاب الطازجة:

- تنظف وتغسل جيداً، قبل تحضيرها.
- الأعشاب المعدة للتجفيف: لا تغسل، بل تنظف فقط من الأتربة.

تجفيف الأعشاب الطبية :

▪ يتم تقطيع الأعشاب على شكل قطع، ثم وضعها على قماش قطني، أو ورق غير مطبوع، وتوضع في مكان ظليـل، أو غرفـة ذات تهويـة جيـدة، وذات حرارة معتدلة.

- ويتم ذلك بسرعة، ودون تأخير أبداً، بعد الجني مباشرة.
- الجذور والقشور، والأجزاء ذات العصارة الوافرة: من الأفضل أن تجفف بالحرارة الصناعية على ألا تتجاوز حرارتها / ٣٥/ درجة مئوية.
- الجذور فقط؛ يمكن غليانها بمياه نظيفة، وذلك عندما تكون متسخة بالأتربة بشكل واضح، وذلك قبيل تقطيعها وتجفيفها.
- الأعشاب المجففة بشكل ممتاز؛ يمكن أن يحتفظ بها للشتاء، وتحفظ في أوان زجاجية، (قطرميز)؛ مع إحكام الغطاء، بعلب كرتونية مغطاة، ويمنع استعمال العلب البلاستيكية أو المعدنية.
- يجب اجتناب الضوء للأعشاب المجففة، والمخبأة للشتاء، ولتأمين ذلك تستعمل أوان زجاجية ملونة، والأفضل أن تكون بلون أخضر.
- لا يسمح بإطالة مدة التخزين لأكثر من موسم شتوي واحد؛ وذلك لأنها تفقد القسم الأكبر من خواصها وفوائدها كلما طالت مدة التخزين.

وعند الحاجة: يمكن جني محصول عشبي آخر في السنة المقبلة، وذلك خير من التخزين.

❊ ❊ ❊

طرق تحضير الأعشاب الطبية

أ ـ تحضير شاي [أو منقوع ساخن] من الأعشاب الطبية :

• حيث يتم تحضير ذلك حسب طريقة الاستعمال في العلاج، ويكون شاي هذه الأعشاب محضراً كي يتم شربه دون (سكر)، أو بقليل منه فقط، إن كان شديد المرارة.

وله ثلاث طرق: [منقوع حار، وأعشاب جافة وطازجة، وجذور الأعشاب]:

١) المنقوع الحار: حيث تقطع الأعشاب الطبية الطازجة، بعد تنظيفها وغسلها جيداً بماء نظيف من الصنبور، وتوضع تلك الأعشاب في وعاء زجاجي مقاوم للحرارة، أو وعاء من البورسلان، كما يجب عدم استعمال الأوعية البلاستيكية أو المعدنية، بل يتم في ركوة أو إبريق من المعدن، غير القابل للصدأ، حيث تغلى كمية من الماء النظيف، وبعد أن يبرد قليلاً، يصب من كمية معينة [وذلك بحسب نوع العشبة الطبيعية المراد تحضيرها]، ويتم الصب على الأعشاب المحضرة إذا كانت الأعشاب طازجة، وتبقى مغطسة في الماء المغلي لمدة (١ ـ ٢) دقيقة على الأكثر.

• ثم يصفى الشاي المستخرج بمصفاة معدنية، غير قابلة للصدأ، ويكون لون الشاي فاتحاً جداً، (بلون أصفر، أو أخضر فاتح).

٢) أما إذا كانت الأعشاب مجففة: فإنها تبقى مغطسة، وذلك في الماء المغلي لمدة أطول قليلاً من تلك الاعشاب الطازجة [أي: لمدة ٢ ـ ٣ دقيقة]، على الأكثر.

٣) منقوع الجذور:

❖ جذور الأعشاب الطبية في حالة استعمالها [بعد تنظيفها وغسلها جيداً بالماء النظيف وتقطيعها]:

• توضع في ركوة (ابريق)، يحتوي على ماء نظيف وبارد، وقد تم تبريد الماء في الثلاجة، ثم يغلي الخليط، وتبقى لكي يفور الماء عدة مرات، ثم تطفأ النار وتبقى الجذور هكذا مدة /٣/ دقائق.

• يصفى الشاي المستخرج من هذه الجذور.

❖ الشاي المستخرج من هذه الأعشاب الطبية (وكذلك المنقوع) يجب أن يكون طازجاً، أي: يمكن استعماله في نفس اليوم، وذلك بكمية محدودة.

أما إذا زادت الكمية فإنه يستعمل ليومين فقط كحد أقصى، كي لا يفقد فاعليته، ثم يوضع في وعاء نظيف (ترمس مغلق) ويشرب منه من وقت لآخر، وبكميات قليلة (عدة رشفات) خلال اليوم وحسب الإرشادات.

❖ **مقادير التحضير عموماً لهذا الشاي:**

• ملعقة صغيرة ممتلئة بالأعشاب الطبية.

• ١/٤ ليتر من الماء، (ما يعادل كوباً واحدا).

ب) النقع البارد:

• بعض الأعشاب الطبية ـ مثل الخبيزة، والدبق، الهدال، وزئبق الماء ـ يمنع أن تحضّر عن طريق التسخين، لذا يتم تحضيرها بواسطة (المنقوع البارد)، أو المحلول.

• توضع كمية معينة من هذه الأعشاب [بعد التنظيف والغسل والتقطيع]، بحسب نوع العشبة وذلك في وعاء زجاجي مع ماء بارد [من الصنبور] لكي ينحل لمدة (٨ ـ ١٢) ساعة ويتم ذلك بشكل عام خلال الليل، من المساء إلى صباح اليوم التالي.

• يسخن المحلول قليلاً حتى الدرجة التي يمكن معها تصفية المحلول، ويكون الشرب منه دافئاً.

• وحتى يكون أكثر نظافة، مما قد يعلق فيه من الجراثيم: فإنه يوضع ذلك المنقوع في ترمس نظيف ومغسول بالماء المغلي، وذلك بغية استعمال هذا المنقوع خلال اليوم.

• وتجدر الملاحظة: إلى أنه لا يجوز تناول المنقوع البارد مباشرة من الثلاجة، وإنما يترك قليلاً خارج الزجاجة، صيفاً أو شتاءً ثم يشرب بعد ذلك.

○ لأنه في حالة شرب هذه الكميات من المنقوع البارد، والتي تؤخذ مباشرة من الثلاجة فإن ذلك يؤدي إلى ظهور إصابات في الجهاز التنفسي، مثل: التهاب القصبة الهوائية، والتهاب الرئتين.

ج) المزيج من المنقوع الحار، والبارد (أ) + (ب):

• وتكون طريقة استعمال شاي الأعشاب الطبية بأن تترك الأعشاب الطبية المغسولة والنظيفة بعد تقطيعها منقوعة خلال الليل ـ كما في المنقوع البارد ـ في نصف كمية الماء المحدودة (حسب نوع العشبة).

• ثم يصفى في الصباح المحلول الناتج (ولا يسخن حتى الصباح).

• الأعشاب المتبقية بعد التصفية تحضر هذه المرة كما في المنقوع الحار، مع نصف المحلول الناتج.

• ثم يمزج هذان المحلولان المستخرجان بطريقتي المنقوع البارد والحار.

** وبهذه الطريقة: يمكن الحصول على شاي (أو محلول) من الأعشاب الطبية، والذي يحوي مواد فعالة علاجية والتي تنحل بعضها في الماء البارد، وأخرى فقط في الماء المغلي.

❖ تحضير أساس من الأعشاب الطبية :

• يتم تحضيرها من الكحول الطبي المستخرج من العنب، وأحياناً من خل الفاكهة ـ كخل التفاح أو العنب ـ وهي كحول الفاكهة بدرجة ٤٠٪ في زجاجة (قنينة) ذات فم عريض نوعاً ما، والذي يمكن سده بسدادة فلين، حيث توضع الأعشاب النظيفة والمغسولة حتى ٣/٤ الزجاجة، مع إغلاقها بإحكام دون أن تكون الأعشاب محشوة حشواً، وفوق الأعشاب يصب هذا المحلول الكحولي ذو درجة تركيز ٤٠٪، وبعدها تغلق الزجاجة بإحكام، وتترك في مكان دافئ بدرجة حرارة ٢٠م°، وذلك لمدة /١٤/ يوماً وأكثر، مع رج (هز) الزجاجة أو الوعاء يومياً، ولعدة مرات في اليوم الواحد وبعد نهاية المدة المحددة:

• يصفى المحلول بواسطة قطعة شاش أو مصفاة شبكية معدنية.

• أما الأعشاب المتبقية في الزجاجة أو الوعاء: فإنها تعصر جيداً باليدين.

❖ استعمال الأساس :

• يستعمل الأساس عموماً بشكل خارجي للتدليل أو الرفادات (الكمادات) عند تحضيره مع الكحول الطبي، وأحياناً يمكن استعماله بشرب

بعض نقاط منه، توضع في كوب شاي عادي، أو شاي أعشاب طبية، أو نقاط في ملعقة كبيرة فيها ماء. وفي هذه الحالة يحضر الأساس من خل الفاكهة.

❖ **تحضير عصير طازج من الأعشاب الطبية :**

• بعد تقطيع الاعشاب النظيفة والمغسولة، توضع في (العصارة) الكهربائية وتعصر، والعصير يجب أن يكون طازجاً، حيث يحضر العصير كل يوم على حدة.

• أما الأعشاب الطرية (غير المجففة) فيتم دائماً تحضير وعصر كميات كبيرة منها ووضع العصير في زجاجات محكمة، وذلك بغية الاحتفاظ بالعصير لعدة أشهر داخل الثلاجة، ثم يستعمل بشكل نقط تؤخذ منفردة:

- توضع عدة نقاط في كوب شاي (فيه أعشاب طبية طبيعية).
- أو تستعمل على شكل كمادات (رفادات) مبللة بالعصير وتوضع على الأجزاء المختلفة المريضة في الجسم.

❖ **تحضير مجروش (أو مهروس) من الأعشاب الطبية :**

▪ بعد تنظيف وغسل وتقطيع جذوع وسيقان وأوراق الأعشاب الطبية: توضع فوق سطح خشبي وتسحق (تهرس) جيداً ـ على أن يكون اللوح الخشبي نظيفاً ـ ويتم ذلك بواسطة مطرقة خشبية (يد الهاون الخشبي)، أو (مسحقة خشبية) حتى يتشكل مهروس أو معجون من تلك الأعشاب.

▪ ثم يوضع ذلك المهروس فوق المنطقة المصابة، وتلف بشاش وتوضع قماشة قطنية أو كتانية ويتم تثبيتها في مكانها مع إبقائها دافئة.

▪ هذه الكمادات تبقى مدة (٢ ـ ٤) ساعات على الأكثر [وبحالات خاصة لمدة يومين] حسب الإرشادات الخاصة بكل عشبة ولكل استطباب، كما يجب تبديلها يومياً إن أمكن.

❖ تحضير رفادات (كمادات) من أبخرة الأعشاب الطبية :

• يتم غليان الماء في طنجرة غير قابلة للصدأ، ثم تطفأ النار وتوضع فوق الطنجرة شبكة من قماش قطني أو كتاني، ثم توضع فوق الشبكة الأعشاب الطازجة أو المجففة وذلك بعد تنظيفها وغسلها دون تقطيعها.

• ثم تغطى الطنجرة بغطائها وتبقى هكذا تقريباً (٢٠ ـ ٣٠) دقيقة.

• ثم تؤخذ الأعشاب وتكون ساخنة وطرية، وتوضع في قطعة قماش كتانية أو قطنية رقيقة، ثم توضع فوق الجزء المريض من الجسم ثم يلف بقطعة قماش أو صوف ويربط جيداً بلفافات متعددة من القماش لتثبيت تلك الرفادات الموضوعة في مكانها، ويلزم ألا يشعر المريض بأي إحساس بالبرودة في تلك المنطقة المريضة.

• مثال: الرفادات المحضرة من أبخرة عشبة ذيل الحصان: ذات فعالية ممتازة وهذه الرفادات يجب أن تبقى من ساعتين إلى يوم كامل على الأكثر.

❖ تحضير المراهم والزيوت من الأعشاب الطبية :

أ ـ **تحضير المرهم**: تؤخذ كمية من الأعشاب المجففة بعد أن تغسل وتترك حتى تجف قليلاً وهذه الكمية تعادل ما يمكن ملؤه باليدين.

ثم تفرم هذه الأعشاب بفركها مرتين، أو ثلاثاً في الكفين.

وهنا توجد طريقتان لتحضير هذه المراهم:

أولاً :

▪ يوضع /٥٠٠/ غ من شحم أو دهن حيواني (خاروف ـ بقر) في مقلاة معدنية غير قابلة للصدأ، ويفرش هذا الشحم أو الدهن على قعر المقلاة ثم يتم تسخينها حتى درجة الغليان.

- ثم تخلط هذه الأعشاب مع الشحم أو الدهن الذي يغلي ويترك على النار حتى تظهر أصوات فرقعة الشحم قليلاً مع استمرار الخلط.
- ثم تطفأ النار وتغطى المقلاة وتترك لتبرد في مكان ظليل حتى اليوم التالي، حيث يسخن هذا الخليط قليلاً لتمييع الشحم أو الدهن.
- ثم يتم ترشيح هذا الخليط من خلال قطعة من الشاش النظيف، حيث يوضع في وعاء زجاجي نظيف ويغطى حتى يتم فصل الشحم أو الدهن الزائد في هذا الخليط، ويسقط الشحم أو الدهن داخل الوعاء، وأما ما يتبقى في قطعة الشاش فهو المرهم المستحصل عليه، حيث يؤخذ بملعقة نظيفة ويوضع داخل زجاجة نظيفة أو إناء محكم الإغلاق.
- يوضع هذا المرهم وهو ساخن ويبقى في الزجاجة أو الإناء بشكل محكم الإغلاق حتى يبرد ونحتفظ به إلى وقت الحاجة في الثلاجة.

ثانياً :

- عوضاً عن الشحم أو الدهن الحيواني، يمكن استعمال (الفازلين) حيث يتم تمييعه وتسييخه في وعاء نظيف أو مقلاة، ويترك فوق النار، ثم تخلط الأعشاب المفرومة جيداً ثم توضع كلها في زجاجة للحفظ في البراد.

ب ـ تحضير الزيوت :

الزهور والأعشاب الطبية تُدخل داخل زجاجة نظيفة وتُغلق بإحكام، أما الزهور والأعشاب فالواجب ألا تحشر حشراً، بل تملأ (٣/٤) الزجاجة فقط، ثم يصب فوقها زيت الزيتون الصافي والخالي من الحموضة (زيت حلو)، ويجب أن يكون بارداً (غير جامد) بل يجب أن يكون في مكان ظليل ويغطي الزيت الزهور والأعشاب بمقدار ٢ سم (اصبعين) ثم تغلق الزجاجة بإحكام

وتبقى مدة /١٤/ يوماً تحت الشمس، وبعد ذلك يصفى الزيت من الزهور والأعشاب، ويحفظ في زجاجة مغلقة بإحكام في مكان ظليل.

❖ تحضير مغاطس من الأعشاب الطبية :

أ ـ مغطس كامل: توضع الأعشاب الطبية (بحسب نوع المرض المعالج) في ظلام الليل كي تنحل في الماء البارد. ومن أجل الحمام البارد الواحد نحتاج إلى وعاء ذي سعة (٦ – ٨) ليترات يملأ بالأعشاب الطبية الطازجة، أو يوضع / ٢٠٠ / غ من الأعشاب الطبية المجففة في وعاء، ثم يصب فوق هذه الأعشاب (الطازجة أو الجافة) ماء بارد نظيف (من الصنبور)، حتى يمتلئ الوعاء.

وفي اليوم التالي، هذه الكمية من الماء تصفى من الأعشاب الطبية وتسخن قليلاً وبعدئذٍ يضاف الماء المستخلص في ماء المغطس (البانيو)، ويتم مدة بقاء المريض في المغطس بحالة استلقاء / ٢٠ / دقيقة، مع العلم بأن منطقة القلب والصدر والعنق يجب أن لا تلامس هذا الماء، وبعد الحمام يجب ألا ينشف الجسم وإنما يلف الجسم بمنشفة كبيرة مع البقاء بشكل استلقاء في السرير لمدة ساعة حتى يتم التعرق بشكل جيد.

ب ـ مغطس جزئي: في هذه الحالة تستعمل فقط نصف الكمية المذكورة سابقاً، أي /١٠٠/ غ من الأعشاب مع (٣ ـ ٤) ليترات ماء، ويتم التحضير بنفس الطريقة السابقة مع مراعاة مايلي:

- إما أن يتم القعود (المغطس) البانيو، لجزء من المريض أو في وعاء بلاستيك، ويتم الاستلقاء بشكل يصل فيه مستوى الماء إلى الكليتين وما فوقهما بقليل وذلك بوجود الأعشاب الطبية الطازجة أو الجافة.

• وفي حالة تحضير محلول أكبر من السابق ـ فإنه يمكن استعماله مرتين أو ثلاثاً كحد أقصى بعد أن يتم تسخين الكمية المستعملة منه في كل مرة قبيل صبها في ماء المغطس.

❖ تحضير أبخرة استنشاق من الأعشاب الطبية :

• هذه الطريقة تستعمل كعلاج مرة أو مرتين في اليوم (صباحاً ومساءً) لمدة (٥ ـ ٧) أيام. يتم التحضير في وعاء معدني غير قابل للصدأ، تسخن كمية من الماء النظيف حتى ٣/٤ الوعاء وقبل أن يصل الماء إلى مرحلة الغليان توضع فيه كمية من الأعشاب الطبية الطازجة، ويتم بأعشاب:

❊❊ تعادل ملء اليد الواحدة للأعشاب الرطبة

❊❊ تعادل ملء ملعقة واحدة كبيرة للأعشاب الجافة

• تبقى على النار لتفور مرتين أو ثلاثاً ثم تطفأ النار، ويغطى الوعاء، ويترك حتى تخف درجة سخونة الماء والأبخرة قليلاً.

• بعد ذلك يغطى الرأس بمنشفة نظيفة ويوضع الوعاء على طاولة، ثم يفتح الغطاء ويستنشق بشكل عادي ذلك البخار الصاعد من الوعاء بالشهيق من الأنف والزفير من الفم حتى يخف تصاعد البخار.

• تستعمل هذه الطريقة خصوصاً مع النعناع، ويمكن أيضاً مع البابونج.

• ولهذه الطريقة من المعالجة تاثير جيد في حالة الرشح والزكام والكريب والتهابات الجيوب الفكية والأنفية، وقد يستفاد من هذه الطريقة في حالة حساسية الغشاء المخاطي الأنفي، والتهاب الحنجرة والقصبة الهوائية، وتساعد أيضاً في تحسين التنفس وربما تساعد الرياضيين وكذا المدخنين حيث تساعدهم على تنقية الرئتين.

❖ تحضير كمادات [رفادات] من الأعشاب الطبية السويدية :

• أكثر ما تشتهر به الأعشاب الطبية السويدية هي: خلاصة الأعشاب المرة السويدية، والمصنعة على شكل سائل، حيث تبلل قطعة من القطن النظيف (الطبي) بسائل هو خلاصة الأعشاب السويدية.

• ثم توضع على الجزء المريض من الجسم، والذي كان قد أعد مسبقاً وذلك بدهن منطقته بمرهم من عشبة [الآذريون] (أو بـ كريم مرطب غير عشبي) حتى لا يؤثر الكحول الموجود في هذه الخلاصة العشبة السويدية على الطبقة الشحمية تحت الجلد.

• ومن ثم تغطى قطعة القطن بقطعة شاش [مطوية بعضها فوق بعض] لحمايته كي لا يتسخ بالمرهم، ثم فوق الغطاء الواقي من الشاش: يوضع ضماد من الشاش الدافئ، [حيث يتم تدفئته بواسطة مسخن حراري كمجفف الشعر]، يلف أو يوضع هكذا على موضع الجزء المريض من الجسم.

• ثم يثبت بقطع من اللاصق الطبي البلاستيكي، وتبقى هذه الرفادة (الكمادة) مدة (٢ ـ ٣) ساعات وقد تبقى خلال الليل أو يوماً كاملاً إذا استطاع المريض أن يتحملها.

• بعد إزالة هذه الرفادة يجب وضع قليل من البودرة على الجلد (بودرة الأطفال) لإزالة أي احمرار أو تحسس خفيف قد يحدث. وفي حالة ظهور تهيج الجلد: عندئذٍ يجب استعمال الرفادات مدة أقل مما سبق [حوالي ساعة واحدة]، وقد تكرر العملية حسب الإرشادات مرتين أو ثلاثاً.

• وفي حالة ظهور حكة مكان العلاج: عندها يجب استعمال مرهم من عشبة (الآذريون) لأنه مضاد للحكة.

❊ ❊ ❊

أعشاب ونباتات طبية مختلفة

اللفت (السلجم)

الاسم العلمي لهذه العشبة باللاتيني هو Brassica Rapa

• وهناك من يسمي هذه العشبة بـ "كرنب" أو ملفوف المستنقعات، حيث تنمو هذه العشبة أو النبتة على ضفاف الأنهار والجداول والأخاديد، وهي أكبر من عشبة اللفت الأصفر، وتسمى أيضاً عشبة (ورقة الدجاجة) والتي هي في نفس الفصيلة العشبية.

• أوراق هذه العشبة تصبح كبيرة في حجم القبعة (البرنيطة) وتكون مسننة قليلاً ومغطاة بوبر رمادي اللون في الوجه السفلي للأوراق.

• أما أزهار هذه العشبة: فإن لها تدرجاً باللون، من الأبيض الكدر (المتسخ) حتى الوردي الشاحب (الباهت) وللزهرة شكل سلة صغيرة، والأزهار تتوضع بكثافة في الجزء العلوي من الساق.

• جذور هذه العشبة لها تاثير مضاد للسخونة، وكانت الجذور هذه تستخدم بكثرة في الأزمان الغابرة في مكافحة الطاعون، كما كان جنيها قبيل مرحلة إزهار العشبة.

• الشاي المستخلص من هذه العشبة له تأثير مفرز للعرق، ويستخدم حالة السخونة (الحرارة)، وفي حالة القصور التنفسي، والتهاب المفاصل ـ النقرس ـ وداء الصرع ويتم ذلك يومياً على شكل شراب [١ – ٢] كوب وعلى

شكل رشفات حتى يتم آخرها مع آخر يوم، ويشترط أن تكون الأوراق كبيرة وطازجة كي تستخدم على شكل رفادات [كمادات]، من أجل التواء أو خلع مفصل القدم، وكذا قروح القدمين، حين المشي مدة طويلة، والحروق والتقرحات المختلفة، والجروح اللاذعة.

طرق استعمال هذه العشبة :

أ ـ تحضير الشاي من هذه العشبة:

ويتم ذلك بـ ملعقة صغيرة ممسوحة من جذور هذه العشبة، وتكون نظيفة مغسولة ومقطعة، وذلك لتحضير ١/٢ ليتر من الماء المغلي، وتوضع خلال الليل لتنحل وفي الصباح يسخن هذا المحلول ثم يصفى.

ب ـ تحضير كمادات من هذه العشبة:

حيث تحضر الأوراق الطازجة؛ تغسل ثم تسحق وتهرس، ثم توضع على شكل رفادات على الجزء المريض من الجسم، ثم تلف بشاش نظيف وتكرر هذه العملية (٢ ـ ٣) مرات يومياً.

❊ ❊ ❊

الخبيزة [الخبيز]

واسمها اللاتيني العلمي Malva

لهذه العشبة نوعان:

** أولهما : [Malva Sylvestris] وهو ذو ورق صغير ويسميه البعض بـ (الخبيز الهمجي أو الوحشي أو البري أو الخبيز الدائري).

وهذا الخبيز ذو ورق صغير ينمو بجانب الاسوار وعلى حواف الطرق والحيطان القديمة، ويكون قريباً من المناطق السكنية والمزارع الريفية الخاصة. وحيثما وجد فإنه يدل على أنه يوجد هناك مزرعة أو بيت أو فناء دار [أو منطقة مأهولة بالسكان].

** النوع الثاني : وهو المسى باللاتيني [Althea Rosa]

واسمه العلمي: (شحم المروج ـ ورد الزواني)

وهو المعروف بالخبيز ذي الأوراق الكبيرة، ويسمى بـ (الخبيز الأبيض)، أو (خبيز الحقل)

- هذه العشبة تنتشر خلال حدائق الزهور، وحدائق الخضروات.
- وتحتوي العشبة في أوراقها وأزهارها وسيقانها على مواد هلامية لزجة ودبقة، ويعتبر الخبيز ذو الأوراق الصغيرة من جملة الأعشاب الزاحفة، ويكون ذا ملمس خشبي خفيف وعند قاعدة الجذمور خاصة [والجذمور: ساق أرضية شبيهة بالجذر].

• وأوراق هذه العشبة: ذات ساق طويلة، أما الأوراق: فلها شكل ثلمات أو مسننات أو بشكل دائري.

• أزهار العشبة: صغيرة، وذات لون يتراوح بين البنفسجي، والوردي الشاحب (الباهت).

• ثمرة هذه العشبة: تكون بشكل دائري تشبه الدولاب أو القرص الثخين.

• أزهار وأوراق وسيقان هذه العشبة: يتم جنيعها في شهر حزيران حتى أيلول.

• يفضل استعمال هذه العشبة للعلاج وهي طازجة، لأنها في الحالة الجافة تفقد كمية من المواد الهلامية التي تحتويها، والتي لها أثر علاجي كبير، ولكن في الحالات التي تستوجب تجفيف العشبة ـ كما في حالة استعمالها شتاءً ـ فإن لها قدرة علاجية حسنة ولكن أقل منها وهي طازجة.

** وتأثير هذه العشبة جيد في حالة استخدامها على شكل شاي للمعالجة وخصوصاً في التهابات الأغشية المخاطية للفم والبلعوم، وكذا في حالات التهاب المعدة والمثانة والأمعاء والقرحة المعدية والمعوية.

** ويمكن أيضاً تحضير حساء (شوربة) من أوراق هذه العشبة، مخلوطة مع الشعير حيث يسلق الشعير أولاً وعندما يبرد تضاف إليه أوراق هذه العشبة.

** " الخبيز ": ينصح به ايضاً في حالة إفرازات رئوية غزيرة، والتهابات القصبة الهوائية، والسعال، والتهاب الحنجرة (البحّة) والتهاب اللوزتين.

• وحتى لا تفسد المادة الهلامية في هذه العشبة، وهي المادة الفعالة فيها، فإنها تترك ـ أي العشبة ـ في الماء البارد خلال الليل لتنحل فيه وبالتالي يحدث منقوع أو مستخرج بارد في هذه العشبة.

• أما كمية شرب هذا المنقوع البارد: فهي (٢ ـ ٣) أكواب في اليوم، بعد أن يتم تسخينه قليلاً، وتشرب على رشفات صغيرة خلال اليوم.

** وفي حالة انتفاخ الرئتين ـ وخصوصاً إن كان معدياً ـ وربما يؤدي على قصور تنفسي قوي؛ فإنه يجب أن يؤخذ من المنقوع على الاقل (٣) أكواب يومياً على شكل شاي أو منقوع الخبيز.

** أما أوراق وأزهار الخبيز: فإنها تسحق وتهرس وتسخن جيداً وتوضع خلال الليل على شكل رفادات _ كمادات) بعد أن تصفى ويؤخذ السائل، يوضع خاصة في موضع الرقبة وعظم القص والصدر.

** أما غسولات وكمادات العينين: فإنها تتم على شكل شاي الخبيز الساخن، حالة وجود جفاف حاد في العين (قلة الدمع أو إفرازه).

• والغسل بمنقوع الخبيز الدافئ: له أثر جيد في معالجة حساسية الجلد، وخصوصاً في الوجه وكذلك لغسل الجروح، والالتهابات القيحية بالذات، وكذا الايدي والأرجل المنتفخة، نتيجة التهاب وريدي وذلك في الأرجل خاصة، حيث يتم غسل المنطقة المصابة أو يتم بعمل مغطس جزئي للرجل أو الذراع التي كانت قبل مكسورة وقد شفيت لكنها لا تزال مؤلمة إلى حد ما.

• وفي حالة وجود تقرحات جلدية [وهي التي تقاوم الشفاء، ولو كانت قديمة، أو على شكل ندبات] عندها تكون غسولات منقوع الخبيز مفيدة جداً.

• ثم تؤخذ أوراق طازجة من عشبة (لسان الحمل) أو (لسان الثور) وتكون نظيفة ومغسولة، وتوضع رطبة فوق التقرح الجلدي، ثم تلف أو تُغطى بشاش نظيف حتى اليوم التالي، وهكذا يتم التبديل (٣ _ ٤) مرات يومياً.

*** وفي حالات التهاب الحنجرة، وبحة الصوت الحاد أو المزمن :**

يتم عمل (غرغرة) عدة مرات في اليوم، من شاي الخبيز، وعشبة الخبيز، والتي يتم تحضير الشاي بها، حيث تخلط مع مطحون الشعير، توضع خلال الليل على شكل (رفادة) ـ كمادة ـ دافئة من تلك العشبة المهروسة فوق منطقة الحنجرة.

*** في حالات التهاب الحنجرة المزمن، المقاوم للشفاء :**

يمكن تحضير منقوع بارد من عشبة الخبيز، حيث تترك لتنحل خلال الليل [كمية من العشبة فقط]، والتي تكفي للاستعمال ليوم واحد فقط، وذلك بما يعادل ١/٢ ليتر من الماء. وتكون الكمية مساوية لـ: /١/ ملعقة صغيرة مليئة من هذه العشبة لكل ١/٤ ليتر ماء، أو (كوب من الماء)، في الصباح حيث يسخن المحلول قليلاً ثم يصفى ويوضع في ترمس [حافظ حراري] بعد تنظيفه بماء مغلي، ويشرب منه يومياً / ٤ / أكواب على شكل رشفات متعددة خلال اليوم، وببقية المحلول تعمل غرغرة.

- وقد يستفاد من هذا العلاج في التنحيف (الريجيم) وآلام سرطان الحنجرة.
- ولدفع مشكلة جفاف الفم والبلعوم: تعمل غرغرة ومضمضة (٢ ـ ٣) مرات يومياً [من شاي الخبيز] وكذا في حالة جفاف الأنف حيث يتم استنشاق (٢ ـ ٣) مرات من شاي الخبيز.

*** طرق استعمال هذه العشبة :**

أ ـ تحضير منقوع بارد من هذه العشبة: وذلك بتحضير / ١ / ملعقة صغيرة، مليئة من هذه العشبة وذلك لكل ١/٤ ليتر من الماء البارد، توضع خلال الليل، كي تنحل وفي الصباح يتم تسخينه وتصفيته.

ب ـ تحضير مغاطس من هذه العشبة: وخصوصاً لأجل علاجات القـدمين واليدين، حيث تملأ اليدان بالكامل بالخبيز، توضـع خـلال الليـل وذلـك في /٥/ ليترات من الماء البارد ضمن وعاء، وفي الصباح يسخن قليلاً، ثم يصفى المحلول ويحضر لعمل مغطس وتكون مدة الغطس /٢٠/ دقيقة.

ج ـ تحضير كمادات من هذه العشبة:

بعد تحضير شاي من هذه العشبة، فإن البقايا العشبية منـها بعـد تصـفية الشاي، تسخن هذه البقايا دون غليان في كميـة قليلـة مـن المـاء، ثم تجـرش وتسحق وتهرس وتخلط مع طحين الشعير، ثم توضـع علـى الجـزء المـريض [وهي في حالة مرهم أو معجون] ثم يفرش على شـاش نظيـف ويوضـع علـى الجزء المريض من الجسم، [والفوائد محققة بمشيئة الله].

❊ ❊ ❊

الـزعتـر البـرّيّ

الاسم العلمي لهذه العشبة باللاتيني هو Thymus Serpullumy

وتسمى بـ (زعتر الحقل) أو (زعتر الراعي)، تنمو هذه العشبة أو النبتة في المراعي أو في الأماكن الممتلئة بالكلأ، والمتعرضة للشمس ضمن المناطق الموحلة، وعلى حواف الحقول الضيقة، كما وتفضل هذه العشبة التلال والهضاب الصغيرة فوق سطوح الأحجار والمراعي الجبلية.

- وتمتاز هذه العشبة: أنها في ذروة حر الشمس [الظهيرة] تطلق عطراً شذياً جداً، والذي يجذب إليه الحشرات والنحل.
- وهناك نوع آخر من هذه العشبة [زعتر الحدائق] حيث ينمو ضمن الحدائق، وبها يزرع واسمه العلمي اللاتيني [Thymus Vulgari].
- ويختلف هذا عن البري [الحقل] بأن زعتر الحدائق قد يصل طوله إلى /٥٠/ سم فهو أطول من البري بكثير، رغم أن كلا النوعين لهما نفس التأثير العلاجي.
- وفوائد هذه العشبة في:
- إدرار البول :

** والإسراع في عملية الإجهاض [لذا فلا تستعمل لدى الحوامل إلا إذا أردن الإجهاض، قبيل الأشهر الثلاثة الأولى من بداية الحمل، ويتم ذلك بإشراف طبيب مختص.

** وفي حالة الولادة الطبيعية فإن هذه العشبة تسرع في عملية الولادة، ونزول المولود.

** وتساعد على تنظيف الأمعاء.

** وتستعمل هذه العشبة في علاج الجذام، والأمراض العصبية [وهي غير الأمراض العقلية].

• ويتم تناول شاي هذه العشبة صباحاً، عوضاً عن القهوة، كما أنها تنعش المعدة وتخفف السعال وتقوي الصحة العامة.

ـ • الزعتر البري والبابونج وذيل الفأر: هذه الأعشاب عندما تجنى تحت الشمس الساطعة، فإن هذه الأعشاب تطبق مع بعضها بعد تجفيفها، ويتم تحضيرها على شكل مخدة صغيرة تحشى بها قطعة من الشاش، أو قطعة من قماش رقيق، وتوضع على العضو المريض [عصبياً]، وخصوصاً لآلام العصب الوجهي، حيث توضع فوق الجزء المريض بالإضافة إلى شرب شاي محضر من هذه الخلطة الثلاثية سابقاً.

• وتستعمل في حالة الآلام العصبية مع التقلصات العضلية، إضافة لما سبق ذكره: مخدة محشوة بعشبة (رجل الذئب المجففة).

• كما أن المغطس الكامل بالزعتر البري ـ ولمدة ٤٠ دقيقة طيلة أسبوع ـ مرة كل يوم ـ تكون كفيلة في التخلص من آثار حمى التيفوس [الحمى النمشية].

جني الزعتر البري

• يتم جني الزعتر البري في مرحلة الإزهار، في شهر حزيران حتى آب، ويجب أن يتم تحت شمس الظهيرة.

• توضع الزهور في زجاجة حتى ٣/٤ حجمها، ويصب فوقها زيت الزيتون حتى يغمرها، وتغلق بإحكام وتترك مدة / ١٠ / أيام لتنحل في الزيت، كما يمكن تحضير شراب مركّز من الزعتر البري.

• زيت الزعتر البري: يستعمل في حالات الشلل أولعلاج مرض السكتة [ضربة الدم] أو في حالة تصلب الصفيحات ـ أو اللويحات ـ العصبية، أو عند ضمور العضلات، أو الروماتيزم، والتواء المفاصل.

• كما يستعمل في حالات تشنج المعدة والأمعاء وكذا التشنجات المصاحبة للطمث[1] لدى النساء، وتقلصات منطقة الحوض وقت الطمث، مع ما يرافقه من آلام.

• كل ما سبق، ينصح أثناء حدوثه أخذ شراب شاي الزعتر البري [٢ كوب يومياً].

• كما أنه يتم تهيئة (مخدة) من أزهار هذه العشبة المجنية تحت الشمس والمجففة وتكون المخدة صغيرة تسخن قبيل النوم قليلاً من طرفيها، فوق صينية معدنية غير قابلة للصدأ، ثم توضع فوق الجزء المريض من الجسم [المعدة، الأمعاء، الحوض].

** هذه المخدة العشبية ـ من الزعتر البري ـ ينصح بها في حالات انتفاخ أو تورم الجسم ـ أو منطقة ما فيه ـ [الانتفاخات أو التورمات غير القيحية، أو الكدمات] وفي حالات الروماتيزم[2] المزمن.

وكذلك لأجل آفات والتهابات الجهاز التنفسي، وخصوصاً في حالات الإفرازات الغزيرة للأقنية الهوائية، وكذلك في حالات الربو والسعال التشنجي.

• ينصح بالشاي المحضر من الزعتر البري، ومن عشبة لسان الحمل (أو آذان الجدي) بنسبة متساوية [أي تكون كل عشبة تعادل ٥٠٪ من المقدار المطلوب]، حيث يوضع الخليط في فنجان مليء بالماء المغلي وفيه شريحة من الليمون، ثم توضع ملعقة صغيرة مليئة بالزعتر البري مع عشبة لسان الحمل بنسبة متساوية من العشبة، تؤخذ نصف ملعقة صغيرة.

• يترك هذا الشاي مقدار ٢/١ دقيقة على الأكثر.

---

(١) الطمث: الدنس والفساد، ويعني الحيض للمرأة.

(٢) الروماتيزم: يطلق على آلام العضلات والمفاصل والأنسجة الليفية والرئية ويعالج بـ الحرشف والكرفس والفجل، وكمادات الملفوف والتفاح والزيتون والعنب.

• ثم بعد ذلك يصفى ويشرب وهو ساخن جداً برشفات صغيرة حتى يشرب بكامله، تكرر هذه المعالجة (٤ – ٥) مرات في اليوم، وبشرط أن تكون هذه الأعشاب طازجة لأنها في هذه الحالة يكون تأثيرها أقوى، وهذا العلاج فعّال أيضاً في حالة مرض (ذات الرئة)[١]، ولكن يتوجب أن تكون الكمية أكبر من ذي قبل.

• في الأساس: يستعمل الزعتر البري للتدليك به، من أجل تقوية أطراف الأطفال، وذلك للذراعين والرجلين، وخصوصاً للأطفال ضعاف البنية، وكذلك الكبار والمسنين، ولتقوية الجلد أيضاً.

• وقد يساعد في حالات داء تصلب[٢] الصفيحات أو اللويحات العصبية.

• شاي الزعتر البري [وخصوصاً المغاطس]: تفيد كثيراً في علاج الحالات العصبية، والتهيج العصبي، واضطرابات النوم، وكذا الإحباطات النفسية والعصبية.

• وكذا في حالات الأطفال الذين يعانون من اضطرابات في النوم، عندها يكون المغطس المحضر من الزعتر البري مساعداً مهماً في تهدئة حالاتهم ونومهم.

• كما يستخدم الزعتر البري في حالات معالجة الإدمان الكحولي، حيث يصب / ١ / ليتر من الماء المغلي حتى الفوران، توضع (ما يملأ قبضة اليد) من الزعتر البري فوق الماء، ويغطى هذا الشاي ويترك مدة / ٢ /

---

(١) ذات الرئة: ورم خاص تسببه أخلاط وبخار، يظهر بشكل ضيق تنفس وعطش وحمى وسعال، ويعالج كالربو.

(٢) التصلب: تصلب الشرايين، ويعالج بالأطعمة، مثل الأناناس والكرز والفريز والتفاح والعنب والحرشف والملفوف والخوخ والجوز والكراث والبندورة وعباد الشمس.

دقيقة، ثم يوضع الشاي في ترمس، ثم يتناول منه المدمن[(١)] على الكحول مقدار / ملعقة كبيرة /، كل ربع ساعة.

- النتائج: ـ يحصل بعدها تقيؤ وإسهال وتبول كثير وتعرق.

ـ وشهية للطعام شديدة وشعور بالعطش.

وفي حالات عودة المدمن على الكحول، يشعر بضعف الرغبة ثم يعاد العلاج ثانية، كلما عاد لمشروبه الكحولي، حتى يتم الإنتهاء من تلك العادة.

- ويستخدم الزعتر البري لـ [حالات الصرع، داء الصرع[(٢)]].

حيث ينصح بشرب شاي الزعتر البري بمعدل /٢/ كوب يومياً، ويكون الشرب في غير يوم نوبة الصرع ويستمر لمدة / ٢ـ ٣ / أسابيع، ثم فترة استراحة لمدة /١٠/ أيام.

ثم يعاد العلاج حتى تخف حدة النوبة، وتزول بعد فترة وربما تطول قليلاً.

استخدام الزعتر البري في حالات (الرشح):

ـ ويتم ذلك بشرب كمية قليلة [مقدار فنجان فقط من منقوع شاي الزعتر كما سبق] وذلك قبيل كل وجبة طعام، وخلال فترة الرشح[(٣)].

---

(١) الإدمان: هو الاعتياد على شكل ما في غذاء أو دواء، حتى لا يبقى له أثر كالكحول والسجاير.

(٢) داء الصرع: علة دماغية تمنع أو تضعف الحركة، وسببه عصبي أو كثرة النوم والجماع والقلق، يعالج بالمهدئات والأغذية، مثل الكسبرة، والكمثرى والسذاب وذنب الفأر والبندق مع الراحة والاسترخاء.

(٣) الرشح: إنصباب مادة نخامية تسيل الرقيقة منها من الأنف وتحدث الزكام، ويعالج بالملفوف والخس والجزر واللفت والتوت والتفاح.

طرق استعمال عشبة الزعتر البري :

أ ـ الشاي: حيث يتم تحضير منقوع ساخن من هذه العشبة، وتكون الكمية = ملعقة صغيرة ممتلئة بالعشبة لكل ١/٤ ليتر من الماء المغلي.

يترك قليلاً [لمدة ٢ دقيقة] ثم يصفى ويؤخذ منه حسب الرغبة.

ب ـ مغاطس: يتم تحضير المغاطس وذلك من إضافة /٢٠٠/ غ من هذه العشبة لكل مغطس كامل [وفق التعليمات الخاصة في حالات الاستعمال].

جـ ـ تحضير أساس[١]

ـ يتم جني أزهار هذه العشبة في فترة الإزهار وذلك تحت شمس الظهيرة.

ـ توضع في زجاجة [حتى ٣/٤ حجمها] دون ضغطها بقوة، ثم يصب فوقها كحول طبي[٢]، وهو المسمى [كحول العنب] بدرجة تركيز ٤٠٪ حتى تغمر تلك الأزهار، ثم تترك مدة /١٤/ يوماً ـ أسبوعين ـ وتبقى معرضة للشمس.

د ـ تحضير زيوت : ويتم ذلك على خطوات :

ـ جني الأزهار تحت أشعة الشمس.

ـ وضعها في زجاجة حتى ٣/٤ الحجم، وبشكل طبيعي دون ضغطها.

ـ زيت زيتون، يصب فوقها حتى تغمر العشبة قليلاً.

ـ تغطى الزجاجة وتترك تحت أشعة الشمس لمدة /١٤/ يوماً ـ أسبوعين.

---

(١) الأساس: جسم كالصوديوم أو لفظ يطلق على المركبات ذات الجذر (OH) مثل NaOH ويتحد بالحمض فيعطي ملحاً وماءً.

(٢) الكحول: يسمى (السبيرتو) سائل لا لون له، يستخرج من تخمر السكريات ويمكن صنعه كيميائياً، ويدخل في المشروبات الخبيثة، فيسبب أمراضاً كثيرة كما يستعمل مطهراً ووقوداً، ورمزه الكيميائي (C_2H_6O)

هـ ـ تحضير مخدة :

يتم تحضير مخدة من هذه العشبة: حيث تحشى مخدة صغيرة ثم تغلق بالخياطة [وسيأتي شرح فوائدها لاحقاً].

و ـ تحضير شراب :

يتم تحضير شراب من هذه العشبة، حيث يتم جني الأزهار وجذوع أو سيقان العشبة تحت شمس الظهيرة، ثم تؤخذ تلك المجموعة وترطب باليدين المبلولتين بالماء، مع سكر، تحشى جميعاً في قطرميز (زجاجة محكمة) ثم تضغط وتبقى الزجاجة معرضة للشمس.

ثم تأتي مرحلة الفلترة والترشيح والتنقية.

• فالأزهار والجذوع والسيقان المشربة بالسكر يجب أن تغسل فقط بكمية قليلة من الماء فوق وعاء نظيف، ثم يتم إخراج العشبة من الزجاجة ثم يصب الماء المتجمع في هذا الوعاء بواسطة الفلترة في وعاء نظيف، علماً بأن العشبة تكون مشربة بالسكر، ويكون الوعاء معدنياً غير قابل للصدأ، وتحته نار هادئة حتى يتبخر دون درجة الغليان، ويكون هذا الشراب متوسطاً بين أن يكون سميكاً جداً أو سائلاً جداً، فلذا يجب تركه حتى يبرد مرة أو مرتين.

• وهكذا يجب أن تتم التجربة بهدوء، فنحصل على شراب مركز.

❊ ❊ ❊

عشبة آذان الدب[١]

الاسم العلمي Primula Officinalis

والبعض يطلق عليها اسم (العشبة ذات الأوراق الخمسة)، أو ثدي أو ضرع العنزة، ولهذه العشبة أزهار بلون أصفر ذهبي، ينتشر منها عبير شذي.

- تتوضع هذه الأزهار على شكل خيمة فوق ساق، بارتفاع /١٠ ـ ٢٠/ سم، وهذه الساق تنبثق وتنبت في مركز العشبة.
- تنبت في الحقول المنحدرة والتلال، وحول الجبال.
- وهناك نوع من هذه العشبة، والتي يسميه البعض بـ (آذان الفأر)، واسمه العلمي اللاتيني هو / Stallaria Media / ، وتنمو في الجبال.
- وهناك نوع آخر، يسميه البعض بـ (ثدي أو ضرع البقرة)، واسمها العلمي اللاتيني هو / Potentilla Reptans /.
- وهذا النوع واسع الانتشار، وينمو في جميع الحقول، وعلى جوانب الغابات، وتحت الأكمات وهذا النوع يحمل أزهاره على ساق عالية، وبشكل خيمة، وبلون أصفر فاتح، ولها عطر خفيف، كما أن تأثيرها العلاجي هو نفس التأثير للنوع الأول المذكور، والذي يسمى باللاتيني / Origanum Vulgare / ويسمى حبق الفيل البري.
- من هذه العشبة يمكن تحضير شاي مضاد للأرق والسهر، كما أنه يفيد في تخفيف الآلالم والاضطرابات العصبية.
- وتكون مكونات هذا الشاي هي:

❊❊ /٥٠/ غ من عشبة آذان الدب.

/ ٢٥/ غ من أزهار عشبة أو نبتة الخزامى.

---

(١) انظرها مفصلة في معجم النباتات الطبية (١٨٦)

/ ١٠ /غ من نبتة الخشخاش [زهرة يوحنا]

/ ١٥ / غ من عشبة حشيشة الدينار (الحنجل.

/ ٥ / غ من جذور عشبة الناردين.

وقد تكون هذه المسميات غير متعاوف عليها عندنا في البلاد العربية.

• ومعلوم أن عشبة الناردين [وهي عشبة] أو نبتة ذات زهر صيفي، يستخرج من جذورها عقار قوي الرائحة، ومهدئ للأعصاب.

التحضير :

يتم تحضير منقوع (شاي) من هذه العشبة على الشكل التالي:

١ـ تؤخذ ملعقة صغيرة ممتلئة من هذه الخلطة العشبية.

+ ١/٤ ليتر من الماء [الحار].

٢ـ يترك المنقوع مدة / ٣ / دقائق.

٣ـ يصفى ويشرب ساخناً على شكل رشفات صغيرة قبيل النوم، وإذا كان مر الطعم غير مستساغ فيمكن تحليته ببعض العسل.

ملاحظة :

هذا الشاي يفضل استخدامه بدلاً من جميع أنواع الأدوية المنومة، لأن تلك الأدوية كيميائية، وقد تؤدي إلى الإدمان وتضر بالجهاز العصبي.

أما هذا الشاي فهو طبيعي ولا يؤدي إلى أي ضرر أو إدمان.

العناصر الهامة في العشبة :

أهم عنصر فيها: الخيمة الزهرية العليا، وفيها أكبر تأثير علاجي من الأجزاء السفلية.

شاي عشبة آذان الدب :

يتم تحضيرها من: ملعقة صغيرة من العشبة لكل ١/٤ ليتر ماء، ويترك قليلاً على شكل منقوع حار ثم يصفى.

فوائدها :

- لها تأثير جيد في تهدئة القلب والأعصاب، كما أن لها تأثيراً منقياً حيث يتم بها طرح المواد المؤذية والتي تسبب التهابات المفاصل (الروماتيزم)، وتقوي الأعصاب والقلب.
- وتهدئ من آلام الشقيقة، وأوجاع الرأس العصبية المنشأ [غير الوعائية المنشأ].
- كما تؤثر على مقاومة التهاب عضلة القلب، ولتثبيت نسبة الماء في الجسم، أو الاستشفاء، وذلك بشرب /١ ـ ٢/ كوب من شاي عشبة أذن الدب يومياً، ولو لمدة طويلة.
- ومن جملة فوائد هذه العشبة: طرح الرمال والحصيات الصغيرة في المثانة، حيث يشرب من مغليه (١ ـ ٢) كوب يومياً.
- ويتم تحضيره من جذور عشبة أذن الدب، مع إضافة العسل إليه.

طرق استعمال هذه العشبة :

يتم تحضير منقوع ساخن [أو شاي] من هذه العشبة بـ:

/١/ ملعقة صغيرة ممتلئة من العشبة لكل ١/٤ ليتر من الماء المغلي.

+ يترك قليلاً لمدة /٢/ دقيقة.

❊ ❊ ❊

عشبة ذيل أو ذنب الحصان[١]

الاسم العلمي لهذه العشبة باللاتيني هو / Tragopogn Pratensis /

البعض يسمي هذه العشبة: (حدوة الحصان) أو (لحية الدب)، أو (شعر الخنزير).

نموها :

● يكون نموها في الحقول ـ وخصوصاً ـ في الغابات وما حولها وعلى طول الطرق وخطوط السكك الحديدية، والمنحدرات، وذلك في بداية الربيع من جذمور [ساق أرضية شبيهة بالجذر] تلك العشبة.

● من هذا الجذمور: تنبثق أولاً سوق [سيقان]، ومنها تنبثق ثمرة ويكون لونها بنياً وتحمل الابواغ.

● بعد ذلك الجني: تبدأ الأوراق بالظهور، وتكون ذات لون أخضر وبطول حوالي /٤٠/سم. وأكثر أنواع هذه العشبة تحمل قدرات علاجية عالية، وخاصة تلك التي يكثر تواجدها وخاصة في الحقول الطينية الوحلية، أو الغابات فإنها بحسب مكان توضعها ووجودها فهي تحتوي على / حمض السيليك بنسبة ٣ ـ ١٦% (السيليسيوم) /، حيث يكون له أثر في تنقية الدم خصوصاً.

● يشترط حال جني هذه العشبة أن يتم في حقول لا تتعرض للمواد الكيميائية ـ كالأسمدة مثلاً ـ لهذه العشبة قدرة على إيقاف النزف.

** وعلاج أمراض الكلية والمثانة.

** ومقاومة النزف حال الإقياء مع الدم.

---

(١) انظرها في النباتات الشافية (٢٥٠)

** وفي علاج الرمل والحصى في الجهاز البولي.
** وفي حالات الجروح، وتخلخل العظام.
** وتسكين آلام الروماتيزم، والتهاب المفاصل والآلام العصبية.
** والآلام التشنجية الناتجة عن احتباس البول في المثانة.

لعلاج الآلام:

** يتم شرب كوب واحد يومياً من شاي هذه العشبة ولعدة ايام.

** ومما ينفع: المغاطس الساخنة والمفعمة ببخار هذه العشبة في تخفيف الكثير من الآلام، والتي يعاني منها الجسم نتيجة التعب والإرهاق.

** ومن طرق العلاج: تؤخذ كمية من هذه العشبة على أن تكون رطبة أيضاً، وتوضع من ثم على مكان الألم في حالات الروماتيزم، والتهاب المفاصل كالركبة مثلاً.

** كما يمكن استعمال منقوع حار [شاي] لهذه العشبة، على أن توجه الأبخرة الحارة الصاعدة من هذا المنقوع صوب منطقة الإصابة [المرض]، والتي تعاني من الآلام التشنجية مثل حالة احتباس البول في المثانة.

ثم يلف الجسم لمدة /١٠/ دقائق بواسطة (بشكير) ـ برنس ـ الحمام، وتكرر العملية مرات.

ولعلاج الرمل في الكلية والحصى الصغيرة:

فالعلاج يكون عن طريق مغطس جزئي ـ من هذه العشبة ـ بوضعية القعود، وتكون المياه حارة، وفي نفس الوقت يتم شرب كوب من الشاي لهذه العشبة؛ حيث تشرب على رشفات صغيرة، ويتم احتباس البول عند المغطس، حتى يكون التبول قوياً وبأكبر قوة ممكنة.

* يمكن عمل تدليك للمثانة أثناء التبول حتى يتم بقوة أكبر.

* إن هذا المغطس الجزئي الحار ـ المعمول من عشبة ذنب الحصان ـ يستعمل ايضاً في علاج التهاب الكلى، غير القيحي خصوصاً. وفي حالات الالتهاب القيحي: فإنه يستعمل نوع من هذه العشبة الطويل، ذي السوق (السيقان) الثخينة ـ كالأصبع ـ والذي ينمو في الحقول ذات المستنقعات والمراعي الجبلية.

هذا النوع يستعمل فقط من أجل المغطس.

عمل الشاي:

أما عمل شاي من هذه العشبة [ذيل الحصان] فإنه يتم بواسطة نوع منه، ينمو حول الحقول والمنحدرات وحواف الطرق والغابات.

●ينصح بعمل مغطس لأجل آلام الرحم، بعد الولادة. وخصوصاً لدى الحوامل الشابات حيث تظهر متاعب (تعب كلوي) أثناء الولادة يمكن عمل حمامات أو مغطس مرة كل يوم لمدة (٢ ـ ٣) أيام.

●أما في حالات الاستسقاء ـ أو تثبيت كمية الماء في الجسم، ولطرحه: فإنه يتم شرب (٥ ـ ٦) أكواب يومياً [شاي عشبة ذنب الحصان]، وعلى شكل رشفات صغيرة خلال اليوم، ولمدة (٥ ـ ٦) أيام؛ مما يسمح بإدرار البول بشكل كبير، ويتم التخلص من الماء الزائد في الجسم.

● في حالات ظهور طفح جلدي مصحوب بحكة حتى ولو كان الطفح له قشرة أو تقيح: فيكون العلاج عن طريق الغسل، ووضع الكمادات في منقوع هذه العشبة.

** وهذا العلاج مفيد أيضاً في حالات التهاب الأظافر المتقيح.

وقرحة الدوالي في الارجل.

والجروح القديمة، غير الملتئمة وغير السرطانية.

** كما يفيد هذا العلاج للطبقات المتقرنة في الجلد في كعب القدم.

** وأحياناً في معالجة (الأكزيما) ـ النملة ـ الاحمرارية أو اللاإكزيمية.

• يمكن استعمال مغطس، أو منقوع حار لهذه العشبة، أو تسخين كمية من هذه العشبة بالبخار الناتج عن غليان الماء في ركوة مثلاً، ثم يوضع فوق الركوة مصفاة معدنية، فيها كمية من العشبة.

• أو عن طريق عمل منقوع شاي حار من هذه العشبة، ثم تؤخذ العشبة في كلا الحالتين ـ دافئة أو رطبة، وتلف في قطعة قماش أو شاش رطب أيضاً.

من أجل البواسير :

يوضع مهروس من هذه العشبة، على أن تكون طازجة [حديثة الجني] وغير مجففة، بعد أن تغسل وتسحق على قطعة خشب نظيفة.

ثم توضع تلك على مكان البواسير [وهي ملفوفة بقطعة قماش رطبة، أو مباشرة].

في حالة نزف الدم من الأنف :

إذا كان النزف مستمراً، توضع كمادة [مغطسة بمنقوع بارد من عشبة ذنب الحصان] داخل التجويف الأنفي الذي ينزف.

وفي حالة النزف الرئوي :

أو نزف الرحم: فإنه يتم شرب شاي مركز من هذه العشبة [ونزف الرحم هنا غير الطمث المعروف، أي لا علاقة له بظهور الطمث في العادة الشهرية] كما يستفاد منه كذلك في حالة نزف المعدة أيضاً.

في جميع الحالات السابقة: يوضع لكل ١/٤ ليتر ملعقة صغيرة مليئة من هذه العشبة.

أما في حالات الشاي المركز فتكون الكمية = (٢ ـ ٣) ملاعق صغيرة لكل ١/٤ ليتر ماء، ويتم شرب حوالي (١ ـ ٣) أكواب يومياً.

ملاحظة :

مزيج عشبة ذيل الحصان + عشبة الويرونيكة [نبتة زهرة الحواشي]: يساعد في علاج تصلب الشرايين، وضعف الذاكرة، أو النسيان، وفي مقاومة السرطان.

● ويتم ذلك بشرب شاي من هذا المزيج (المخلوط) العشبي، بمقدار كوب واحد في اليوم.

● الأساس المحضر من عشبة ذيل [ذنب] الحصان: يفيد كثيراً في حالات الاقدام كثيرة التعرق حيث يتم تدليك القدمين [بعد غسلهم وتجفيفهم] وذلك بهذا الأساس العشبي، كما يتم شرب كوب واحد من ساق هذه العشبة كل يوم صباحاً بالإضافة إلى التدليك، شريطة أن تكون المعدة خاوية، وقبيل ١/٢ ساعة من الفطور، أو يعمل مغطس للقدمين من تلك العشبة.

من أجل علاج قشرة الرأس :

يغسل الشعر كل يوم بمنقوع بارد من هذه العشبة، بعد أن يسخن المنقوع قليلاً ليكون دافئاً، وبعد ذلك يدلك الشعر بزيت الزيتون ذي النوعية الجيدة.

لمقاومة مرض سلس البول :

يؤخذ مخلوط من عشبة ذنب الحصان + نبتة زهرة يوحنا (الخشخاشة)، يعمل من هذا المخلوط العشبي منقوعٌ حارٌ، ويشرب منه يومياً (١ ــ ٢) كوب مساءً، عند العشاء ويكون الغذاء صلباً [تستبعد الشوربة] كالشرحات، والبطاطا المقلية، أو أي طعام جاف نوعاً ما.

في حالة التهاب اللوزتين :

أو الغشاء المخاطي الفموي أو اللثوي أو النزف اللثوي يستعمل ما سبق.

للأمراض الرئوية المزمنة :

تستعمل شاي عشبة ذيل الحصان، وتكون مفيدة جداً للقصبات الهوائية وأمراضها المزمنة، حتى (السل الرئوي) فإن شرب (٢ ـ ٣) كوب يومياً من هذا الشاي يساعد في مقاومة هذه الامراض لأنه يضخ للجسم مزيداً من حمض السيليك (السيليسيوم)، ويساعد بالتالي على التخلص من الوهن العام الذي يصيب الجسم في حالة الامراض الرئوية.

للمفاصل والإفرازات المهبلية :

إذ يفيد هذا الشاي في علاج التهاب السائل المفصلي ـ للمفاصل.

وللنساء اللواتي يشكين من إفرازات مهبلية كريهة الرائحة، أو غزيرة، يتم عمل مغطس جزئي في حالة قعود يومياً، ويستمر حتى زوال الرائحة، وحتى تصبح الإفرازات طبيعية ـ لمدة أسبوع ـ على الأقل.

للسرطانات والآلام :

إذ إن هذه الشاي [شاي نبتة عشبة ذنب الحصان] تساعد في مقاومة السرطانات كما أن الكمادات المرطبة، [وذلك بواسطة أبخرة منقوع حار من عشبة ذيل الحصان]، كلها تفيد في (تخفيف آلام المعدة التشنجية) وكذا نوبات (الحصوات المرارية)، حيث يتم وضع وضغط الكمادات على مناطق الألم.

لتخفيف آلام منطقة الحوض والظهر :

يتم عمل مغطس كامل ـ في وضعية الاستلقاء في البانيو أو تكون جزئية ـ وضعية القعود اثناء آلام منطقة الحوض ـ وتكون الآلام غالباً بسبب الطمث أو الكلاوي أو آلام الظهر أو العمود الفقري، تلك الناتجة عن قرص مفصلي للفقرات ـ كما في حالة سائقي الجرارات أو الباصات أو الشاحنات.

لتخفيف آلام الكآبة :

في حالة الأمراض النفسية ، كالضغوط والكآبة: عندها من المفيد عمل مغطس كامل من عشبة (ذنب الحصان) مع شرب شاي تحتوي على خلطة القريص (العشبة) + ذيل الحصان، ويتم تناول كوب صباحاً وآخر مساءً.

لأمراض الكلى :

من المفيد لهذه الحالة استخدام مغطس من عشبة ذيل الحصان الطازجة، والمأخوذة من الحقول، أو المستنقعات والتي تكون عادة أطول من غيرها.

ويتم تحضير مغطس من / ٥ / ليتر من الماء مع العشبة، تفرغ في المغطس (البانيو) ولمدة /٢٠/ دقيقة، ويجب أن تكون منطقة الكلى مغمورة تحت سطح ماء المغطس.

لا ينبغي تجفيف الجسم فوراً، بل أخذ برنس مع الاستلقاء في السرير لمدة ساعة، لأجل التعرق، ثم بعد ذلك يجفف الجسم ويتم لبس الملابس.

طرق استعمال هذه العشبة :

أ ـ تحضير شاي: أو منقوع ساخن من هذه العشبة، ويتم ذلك بـ / ملعقة صغيرة من تلك العشبة ـ ذنب الحصان + ١ ليتر من الماء المغلي.

** ومغليها يترك قليلاً ويشرب منه.

ب ـ تحضير كمادات من أبخرة هذه العشبة :

حيث تؤخذ كمية من هذه العشبة ملء اليدين وتوضع فوق شبكة معدنية، أو مصفاة معدنية غير قابلة للصدأ، فوق موقد ناري وتحتها ماء يغلي، وعندما تصبح العشبة ساخنة جداً وطرية، تلف بقطعة قماش (شاش) وتوضع فوق المكان المريض وهي ساخنة لمدة ساعات عدة، أو أثناء النوم.

جـ ـ تحضير أساس من هذه العشبة :

حيث تؤخـذ / ١٠/ غرامـات مـن هـذه العشـبة، وتحـل في /٥٠/ غ كحول طبي بتركيز ٤٠% وتترك لمدة /١٤/ يوماً تحت الشمس أو قرب مدفأة شتاءً وتبقى الزجاجة مغلقة خلال فترة تعرضها للشـمس أو الحـرارة، ثم تـرج الزجاجة يومياً حتى آخر أيام النفع الكحولي.

د ـ تحضير مغطس من هذه العشبة :

يوضع /١٠٠ /غ من هذه العشبة خلال الليل في مـاء بـارد (حـوالي ٣ ليترات).

في اليوم التالي: يسخن هذا المحلول حتى الغليان وتظهر الفقاعات، ثم يسكب على ماء المغطس وتكون مدة المغطس /٢٠/ دقيقة، ويبقـى الجسـم مبتلاً [لا يجفـف]، ويلـبس الـبرنس مـع الاسـتلقاء في السـرير سـاعة لاجـل التعرق، ثم يتم تجفيف الجسم مع اللباس.

هـ ـ تحضير كمادات من مهروس هذه العشبة: تؤخـذ العشـبة طازجـة، وتغسل جيداً وتهرس على قطعة خشبية نظيفة.

❊ ❊ ❊

عشبة ذنب الفأر = رجل الأرنب[1]

Trifolium Arvense

الاسم العلمي لهذه العشبة هو / نفل البر = أرنبي

والبعض يسميها (عشبة الخراف)، أو (عشبة العطاسة).

** تنمو هذه العشبة بكميات كبيرة في السهول والطرق الضيقة، وعلى أطراف الغابات وحقول مرزوعات الحبوب.

• لونها: زهور هذه العشبة بيضاء اللون ـ أو وردية، ولها رائحة عطرية في الأوقات المشمسة.

• جنيها: يتم جنيها تحت أشعة الشمس القوية، لأنها في هذه الحالة يزداد محتوى هذه الأزهار من الزيوت الطيارة، حيث لها قدرة كبيرة علاجية بشكل خاص للنساء، لذا ينصح النساء باستعمال هذه العشبة، لخاصيتها على الأعضاء التناسلية الأنثوية، ومنطقة الحوض لدى النساء خاصة.

• من فوائدها: ينصح بشرب كوب شاي منها للنسوة اللواتي يتعرضن لحالات الطمث غير المنتظم، وسن اليأس.

• في حالة سلسل البول: خصوصاً لدى كبار السن والأطفال. أو السيلان الأبيض المهبلي: فإنه ينصح بملء مغطس من عشبة ذيل (أو ذنب الفأر)، مع شرب شاي من هذه العشبة، بمقدار /٢/ كوب في اليوم.

• في حالة التهاب المبايض: فإنه من المفيد عمل مغطس من تلك العشبة.

• في حالة تدلي أو هبوط الرحم: يجب عمل مغطس من العشبة ولعدة أسابيع، مع شرب شاي من عشبة بزور الكتان، أو (إكليل الجبل)، بمعدل / ٤ / أكواب في اليوم، على شكل رشفات صغيرة خلال اليوم، وكذلك تدليك

---

(١) انظره في معجم النباتات (١٩٣)

لمنطقة الحوض والرحم، ابتداءً من منطقة المهبل فصاعداً، حيث يستعمل في التدليك أساس عشبة رجل القطة (ركشة العجوز).

• وفي حالات تأخر الطمث عند الفتيات البالغات:

وذلك إذا تأخر ظهور الطمث لدى البالغات، رغم أن جميع الصفات الأخرى تكون قد ظهرت، باستثناء الطمث؛ عندها يجب شرب / ١ / كوب من شاي (ذنب الفأر) في كل صباح، وأن تكون المعدة خاوية ولمدة / ٤ / أسابيع، وهذا العلاج قد يفيد في حالات اضطراب ظهور الطمث لدى النساء، اللواتي وصلن إلى سن اليأس، وعندها:

- يلزم شرب / ١ / كوب يومياً من شاي هذه العشبة.
- + مغطس، ولفترة من الوقت [حسب درجات الشفاء والتحسن].

• وفي حالات آلام القدمين وكذا الذراعين : فإنه من المفيد والهام: القيام بعمل مغطس جزئي، أو كامل، ولفترة من الوقت.

ملاحظة : لضمان سلامة وسرعة النتائج فإنه يلزم أن يتم جني عشبة (ذنب الفأر) في فترة الظهيرة وذلك للاستفادة القصوى من خواص هذه العشبة في معالجة الحالات المرضية.

• في حالات آلام الرأس [الدوخة] :

توصف شاي هذه العشبة، أو غسولات ومنقوع هذه العشبة، وكذا لآلام العين، أو النزف الأنفي؛ فإنه يتم استنشاق منقوع هذه العشبة فهو مفيد جداً.

• في حالة آلام الشقيقة :

• فإنه يتم شرب / ١ / كوب من الشاي يومياً، على أن يكون حاراً جداً، ويتم شربه على شكل رشفات متقطعة.

• في حالة آفات النخاع العظمي، وتخلخل أو ترقق العظام، والذي يصيب النساء أكثر من الرجال: فإن شرب شاي هذه العشبة، ومغاطس وتدليك بأساس هذه العشبة يعتبر مفيد جداً.

● في حالات النزف المعدي أو الرئوي:

فإنه من المفيد شرب شاي هذه العشبة، أو شرب شاي مزيج من عشبة (ذنب الفأر) مع جذور عشبة (زنبق الماء)، على أن يتم شرب كوب صباحاً وآخر مساءً على رشفات متقطعة من هذا الشاي الخليط.

● في حالات البواسير: فإنه من المفيد استعمال دهن البواسير بمرهم مصنوع من أزهار عشبة ذيل أو (ذنب الفأر).

● في حالات الرشح والزكام، وكذا آلام الظهر والروماتيزم: فإنه من المفيد جداً شرب شاي من عشبة (ذنب الفأر) ثلاث مرات في اليوم.

**** وشرطه** : أن يكون الشاي حاراً جداً، ويشرب على رشفات.

● ومن فوائده: لإدرار البول، وعمل الكليتين بشكل منتظم:

فإنه من المفيد شرب شاي تلك العشبة.

● وكذا ينصح به لمعالجة فقدان الشهية، وانتفاخ الأمعاء، والمغص المعدي والمعوي واضطرابات عمل الكبد، والتهاب جهاز الهضم، وتنشيط عمل الأمعاء، ومقاومة الإمساك، واضطراب الدورة الدموية، وتشنجات وانقباضات الأوعية الدموية.

وفي حالات الحكة المهبلية (لدى السيدات): ويتم ذلك بواسطة غسولات ومغاطس جزئية من منقوع عشبة (ذنب الفأر).

طرق استعمال هذه العشبة :

أ ـ تحضير منقوع شاي ساخن :

ويتم ذلك بـ / ١ / ملعقة صغيرة من العشبة إلى كل ١/٤ ليتر ماء مغلي، ويترك قليلاً ثم يصفى، ويكون ذلك مدة (٢ دقيقة تقريباً).

ب ـ تحضير أساس من هذه العشبة :

حيث يتم جني أزهار عشبة (ذنب الفأر) تحت شمس الظهيرة، وتدخل داخل زجاجة محكمة (قنينة) حتى عنق الزجاجة، لكن دون حشو قوي.

+ يصب فوق العشبة كحول (كحول العنب) ذو التركيز ٤٠%.

تترك الزجاجة مدة /١٤/ يوماً وهي معرضة للشمس أو بجانب المدفأة ـ شتاءً ـ ثم يصفى الناتج ويوضع (الأساس) في زجاجة أخرى.

جـ ـ تحضير مرهم من هذه العشبة :

- حيث يتم غلي (٩٠) غراماً من زبدة دسمة (أو شحم)، والزبدة مالحة، والشحم حيواني [دهنة بقرة أو خروف].
- بعد ذلك تضاف فوقها /١٥/ غ من أزهار عشبة (ذنب الفأر) شريطة أن تكون الأزهار طازجة ومقطعة على شكل قطع صغيرة ناعمة.
- يضاف /١٥/ غ من أوراق (التوت البري) [يشبه التوت الشامي]، والتي تكون مقطعة ناعمة.
- تترك هذه الأزهار والأوراق قليلاً [يتم الطقطقة والفرقعة في الزبدة أو الشحم المغلي]، ثم تخلط جيداً، وتطفأ النار، وفي اليوم التالي يسخن الخليط قليلاً.
- ثم يصفى بواسطة قطعة شاش، ويوضع ما بقي على الشاش في قارورة زجاجية نظيفة وجافة وتكون محضرة مسبقاً لاستيعاب هذا المرهم، وتوضع في البراد للحفظ.

[ومن المحكم استعمال الفازلين النقي ـ دهن القطن ـ عوضاً عن الزبدة أو الشحم].

د ـ تحضير مغطس من هذه العشبة :

حيث يوضع / ١٠٠/ غ من عشبة ذنب الفأر ـ من الزهر والأوراق والساق ـ في وعاء يحوي ماءً بارداً ويترك خلال الليل التالي، ثم يتم غليانه، ثم يضاف الناتج إلى مياه المغطس أو الحمام أو الغسولات.

❊ ❊ ❊

عشبة (إكليل الجبل) أو (طحين بزر الكتان)

الاسم العلمي لهذه العشبة هو Rosmarinus Officinalis

ومن الناس من يسمي هذه العشبة بعشبة (طحين الكتان)، أو (عشبة ظل الجبل)، أو (ظل السيدة)، أو حصى البان = ندى البحر = حشيشة العرب.

• هذه العشبة أو النبتة تنمو خصوصاً في أطراف الغابات وحواف الطرق، والمنحدرات والحقول الرطبة في المناطق المرتفعة والجبلية.

• لها أوراق شبة دائرية وتتألف من (٧ – ٩) فصوص، ولها ساق قوية، متوسطة الارتفاع ولون أزهارها صفراء مخضرة، دون لمعان، تشاهد في شهر نيسان وحتى حزيران أو بعده بقليل.

• وأوراق هذه العشبة: تكون أحياناً مستلقية على الارض، وفي الصباح تظهر في منتصف الورقة قطرة ندى تلمع مثل اللؤلؤة.

• في الأماكن التي يزيد ارتفاعها عن /١٠٠٠/ م: يوجد نوع آخر من هذه العشبة، والتي لها في القسم الأسفل من الأوراق لون فضي لماع، والذي يزهر حتى لو كانت الأرض كلسية أو صخرية.

• في فترة الإزهار: تجنى العشبة بالكامل ، أما بعد هذه الفترة: فيتم جني الأوراق، ثم تترك العشبة حتى تجف على السطح.

• هذه العشبة طبية وعلاجية، وللنساء خاصة.

*** في حالات الطمث واضطراباته :**

** إن استخدام هذه العشبة يساعد في حالات اضطرابات الطمث والسيلان الأبيض المهبلي، وكذلك في حالات التهابات منطقة الحوض لدى السيدات، والاضطرابات النفسية لدى النساء في سن اليأس.

** إن استخدام كميتين متساويتين من عشبة (إكليل الجبل ـ أو بزر الكتان، مع ذنب الفأر) يفيد في بداية فترة البلوغ لدى الفتيات، فإن لهاتين العشبتين تاثيراً جيداً خلال هذه المرحلة.

** كما أن التأثير المفيد لهاتين العشبتين ينفع في حالات تأخر الطمث كثيراً، بسبب استعمال بعض الأدوية، فينتج عنها تأخر بسبب التأثيرات الجانبية للأدوية.

** وذلك لأن لعشبة (إكليل الجبل أو بزر الكتان) تأثيراً كبيراً في قبض الأوعية الدموية، كما أنها تؤثر في إدرار البول.

وتساعد على الشفاء من الحمى أو السخونة المصاحبة لبعض الأمراض، ولتقوية القلب والشفاء السريع من أمراض، وتنشيطه.

وللالتهابات القيحية، مثل الأسنان، وفي حالة قلع الأسنان: ينصح بعد مرور / ٢٤/ ساعة على الأقل بعمل مضمضة خفيفة، على شكل شاي [دون سكر] حيث تساعد تلك العشبة على سرعة الاندمال مكان القلع، ويتم بواسطة شاي أو منقوع ساخن وهذا أسرع.

** شاي هذه العشبة: تبعد الضعف والوهن العضلي وبطء وقلة الحركة.

** كما أنها تفيد في حالات (أمراض المفاصل)، و(فقر الدم).

*** عقب الولادة :**

تستخدم هذه العشبة للخلاص من المشاكل التي تعقب الولادة، وخصوصاً في حالات الولادة الصعبة وعند ارتخاء أعضاء منطقة الحوض لدى النساء، وعند الاستعداد الجسمي للسيدات للإجهاض، حيث تقوم تلك العشبة بدور تثبيت الحمل وتقوية أعضاء الرحم.

*** وفي حالات الحمل :**

فإن المرأة الحامل، وابتداءً من الشهر الثالث للحمل يجب عليها شرب شاي هذه العشبة بمعدل / ١/ كوب يومياً.

*** للأمراض النسائية عامة :**

إن عشبة إكليل الجبل أو بزر الكتان، بالإضافة إلى عشبة (رجل القطة) أو (ركشة العجوز) هاتان العشبتان لهما تأثير علاجي للأمراض النسائية، وفي حالات (العنق) وأيضاً في حالات سقوط الرحم (تدلي الرحم)، وعندها يجب شرب (٤) أكواب شاي من عشبتي إكليل الجبل أو بزر الكتان يومياً على شكل رشفات متقطعة.

وتحضر من عشبة طازجة الجني، مع عمل تدليك للمناطق المريضة، بواسطة أساس عشبة (ركشة العجوز).

وفي حالة سقوط (تدلي) الرحم: يجب أن يبدأ التدليك في منطقة المهبل صعوداً للأعلى، وكذلك عمل مغطس جزئي من عشبة (ذيل) أو (ذنب الفأر) ويتم ذلك بـ:

- تحضير /١٠٠/ غ من عشبة ذيل (أو ذنب الفأر) لكل مغطس جزئي.

ويمكن إعادة تسخين ماء المغطس لكي يتم استعماله مرة أخرى فقط.

ملاحظة :

١ـ استعمال /٣/ مغاطس أسبوعياً من عشبة (إكليل الجبل) يعتبر كافياً لمعالجة التهابات الأعضاء التناسلية الأنثوية، والحمى والحروق، والالتهابات القيحية.

٢ـ في حالة الاستعمال الخارجي للعشبة: تفتت وتهرس وتعمل على شكل كمادات (كرفادات) موضعية حيث توضع على الجروح وأمكنة الخدوش للعلاج والاستطباب.

* لتقوية عضلات الأطفال :

فإن هذه العشبة مفيدة جداً للأطفال المصابين بضعف في عضلاتهم؛ حيث تقوم بشد عضلاتهم وتقويتها؛ بشرب شاي هذه العشبة تصبح عضلاتهم أقوى وذلك شرب شاي من عشبة إكليل الجبل (أو بزر الكتان) ولمدة طويلة.

كما أن لهذه العشبة تأثير مقوياً لعضلة القلب بواسطة:

* شاي * تدليك منطقة القلب * منقوع هذه العشبة.

* نوع آخر لهذه العشبة :

وهو النوع الذي ينمو في المرتفعات العالية، والذي تكون أوراقه السفلية ذات لون فضي فإنه يستعمل لعلاج (السمنة أو البدانة)،

** حيث يشرب (٢ ـ ٣) أكواب يومياً، من شاي هذا النوع.

• كما يستعمل هذا النوع لمعالجة (الأرق)، وصعوبة النوم، ولمعالجة (مرضى السكر).

• كما ينفع استعمال مغطس كامل من هذه العشبة للأطفال، ذوي الوهن العضلي، حيث بستعمل لكل مغطس / ٢٠٠ / غ من هذه العشبة.

• كما أن عشبة (إكليل الجبل) أو بزر الكتان مع عشبة ـ رجل القطة أو ركشة العجوز) تساعدان ضد ضمور العضلات والأمراض العضلية.

وكذلك لأجل بعض أمراض تصلب الشرايين، والأوعية الدموية والأعصاب.

*** طرق استعمال هذه العشبة :**

أ ـ تحضير شاي : أو منقوع ساخن من هذه العشبة وذلك بمقـدار /١/ ملعقة صغيرة ممتلئة بالعشبة لكل ١/٤ ليتر من الماء المغلي، مع ترك المنقوع /٢/ دقيقة تقريباً، ثم يصفى.

ب ـ تحضير كمادة من هذه العشبة: حيث تغسل كمية جيدة من العشـبة الطازجة، ثم تقطع وتفرم على لوح خشبي نظيف وتهرس، ثم بعد ذلك توضع على شكل كمادة (رفادة).

جـ ـ تحضير مغطس كامل :

- ويتم تحضير مغطس كامل من /٢٠٠ / غ مـن هـذه العشـبة وتكـون جافة وتكون ملء اليد إن كانت طازجة، وتترك الأعشاب في وعاء ممتلئ بماء بارد خلال الليل.

- في اليوم التالي: ـ يسخن هذا الماء مع الأعشاب التي فيه. ـ ثم يصفى بعد ذلك، ويصب الماء الناتج من هذا النقع في ماء المغطس (البانيو).

* * *

عشبة بتلة ـ أو تويجة ـ الملكة Galium Verum
(أو العشبة اللصاقة)

الاسم العلمي لهذه العشبة باللاتيني هو / GALIUM / غاليون[(١)(١)]

وهي عشبة تأكلها الأبقار، دون الحمير، واسمها غير معروف في البلاد العربية، ومنها العشبة اللصاقة، وتسمى (بتلة ـ أو تويجة ـ الملكة).

وتسمى: (الجنية الصفراء)، أو (الجنية البيضاء).

• ولها أنواع مختلفة، منها ما هو اسمه العلمي اللاتيني (Galium Aparine) / غاليون أبيض /، وهذا النوع ينتشر في الحقول، وعلى طول الأسوار، ولهذا فإن المزارعين والفلاحين يكافحونها بمبيدات الحشرات، وقد يصل طول العشبة (٦٠ ـ ١٦٠ سم)، وجذور أوراقها تتوضع بشكل محوري، حول نقطة في المنتصف وبنفس المستوى، وأزهارها على شكل خيمة، وبلون أبيض مخضر، وذات سوق (سيقان) عليها وبر خشن مما يمكنها من التسلق والالتصاق.

• وهناك نوع آخر، واسمه العلمي اللاتيني هو / Galium Verum / غاليوم حقيقي.

وينمو في الأماكن المرتفعة وتكون مستقيمة، ويصل طولها إلى / ٣٠ ـ ٦٠ سم / ولها رائحة، وذات لون أصفر ذهبي، وذات شذا قوي الرائحة كرائحة العسل.

---

(١) في معجم النباتات الطبية ـ وديع جبر (ص٢٨٧) أسماها: (غاليون حقيقي) ومنها نوع اسمه (غاليون أبيض).

وذكر أنه نبات عشبي بري أزهاره تسهل الدورة الدموية، مشهية، مضادة للالتهابات، خافضة للضغط، قاطعة للنزيف، تعالج القروح والسرطان ومنها تستخرج صبغة حمراء.

** يتم جني هذا النوع وهو في حالة الإزهار في شهر تموز.

•وهناك نوع آخر واسمه العلمي باللاتيني / Galium Moullugo /
هذا النوع له أزهار أنيقة، وبلون أبيض مصفّر وذات رائحة تذكر برائحة العسل، ويصادف وجوده في المنحدرات، وجوانب الطرق، ويكون مستقيماً ـ في الغالب ـ وقليلاً ما يكون واقفاً وخاصة في فترة الإزهار.

•جميع أنواع هذه العشبة لها الخواص ذاتها، من حيث الخواص العلاجية، وتستعمل جميعها بنفس الطريقة وهي تفيد في أمراض الرحم، وتنمو هذه العشبة بكميات كبيرة.

ملاحظة :

عند استعمال هذه العشبة يجب أن تكون طازجة حتى يكون مفعولها العلاجي فعالاً أكثر ما يمكن.

حتى في أواخر فصل الشتاء؛ يمكن وجود بعض من هذه العشبة طازجة، ويكون لها لون أبيض في الأماكن التي كانت مغطاة بالثلوج، ثم زالت عنها، وبهذا تبقى طازجة ومتوضعة تحت أعشاب جافة كانت تغطيها الثلوج.

شاي هذه العشبة :

شاي هذه العشبة مفيد في:

ـ تنقية الكلى، والبنكرياس والطحال.

ـ ولمن يعاني من أمراض في الجهاز اللمفاوي، حيث يتوجب عليهم شرب هذا الشاي يومياً.

* ولهذا الشاي تاثير علاجي في حالات الإصفرار، والاستسقاء، والآلام الصدرية.

* وفي حالة الاستعمال الخارجي لهذه العشبة:

▪ فإنها تفيد في كثير من (الآفات الجلدية)، والجروح والدمامل والزيوان.

▪ غسل البشرة بمنقوع دافئ أو شاي من هذه العشبة: يساعد على شد البشرة المتهدلة ويعطي مظهراً جيداً للبشرة الباهتة.

▪ العصير الطازج من هذه العشبة: يعطي نتائج جيدة عندما يمسح به يومياً مكان المرض الجلدي، ويترك حتى يجف تماماً.

▪ الشاي: من هذه العشبة يفيد في حالات داء (الصرع = الهيستريا) وكذا مرض (الرقاص)، والأمراض العصبية، واحتباس البول، والرمل، والحصى الكلوي، والغدة الدرقية.

** في حالات (أمراض الحبال الصوتية)، وظهور بحة في الصوت: فإن هذه العشبة تستعمل على شكل غرغرة عميقة وقوية بواسطة شاي هذه العشبة.

** في حالة (التهابات قيحية للكلية): فإنه من المفيد استعمال خلطةِ عشبية من:

ـ (بتلة ـ تويجة الملكة ـ أو اللصاقة) + عشبة طحال الغابة + القريص الأصفر)؛ حيث تخلط هذه الأعشاب الثلاثة بكميات متساوية، ولمدة أسبوعين حيث يتم شرب شاي من تلك الخلطة بمعدل كوب واحد يومياً، ويتم الشرب على شكل (١/٢) كوب والمعدة فارغة، وقبل نصف ساعة من تناول طعام الفطور، وباقي الكوب يشرب علاى رشفات قليلة خلال اليوم.

* هذا في الحالات السهلة.

* وفي حالات الشدة: يتم شرب /٤ / أكواب يومياً كالتالي:

(١/٢) كوب قبيل الإفطار بنصف ساعة.

٣ أكواب ونصف خلال اليوم.

● هذه الوصفة لها خاصية علاجية في حالة الأمراض المزمنة للكليتين أيضاً حيث يتم شرب شاي من هذه العشبة، مع المضمضة والغرغرة.

• كما أن لها فائدة في حالات التهاب البلعوم واللسان والغشاء المخاطي الفمَوي.

❊ المراهم والزيوت من هذه العشبة :

فإنها تفيد في أمراض الجلد التقرحية، كما أنها تنفع في أماكن آلام الروماتيزم الشديدة عند المفاصل وآلام الظهر أو العضلات، ويتم عمل تدليك لهذه الأماكن بهذه المراهم لأجل تخفيف حدة الآلام.

كما أنه من المفيد عند ظهور التهابات الجلد المزمنة، والتي تظهر بسببها كتلة خشنة جافة أو طرية، بنية اللون، بلون بني فاتح أو غامق وتكون هذه بسبب التهاب فيروس جلدي: عندها يكون من المفيد دهن المكان بمرهم من عشبة الآذريون، وغسله بعصير من عشبة بتلة الملكة (اللصاقة) على أن يكون العصير طازجاً.

ويمكن استعمال مستحضرات هذه العشبة في شاي أو مرهم أو عصير جنباً إلى جنب مع مستحضرات أعشاب أخرى.

•فمثلاً في حالات أمراض مزمنة، أو بعض حالات السرطان البدائية: يتم شرب شاي من عشبة بتلة الملكة أو العشبة اللصاقة، أو يعصر من هذه العشبة مقدار / ١/ كوب في اليوم.

•ولتخفيف انتشار بعض الأورام الخبيثة وهي في حالتها البدائية: يتم شرب شاي مؤلف من:

- ٣٠٠ غ من عشبة الآذريون.
- ١٠٠ غ من عشبة ذيل الفأر.
- ١٠٠ غ من عشبة نبتة القريص.

ويتم شرب ما يعادل ليتراً ونصفاً يومياً من هذه الشاي (المكونة من تلك الخلطة العشبية)، وتشرب على رشفات صغيرة خلال اليوم، كل / ٢٠ / دقيقة يشرب قليلاً منها.

طرق استعمال هذه العشبة :

١ـ تحضير شاي: أو منقوع ساخن من هذه العشبة: بتحضير /١/ ملعقة صغيرة من العشبة السابقة لكل (١/٤) ليتر من الماء المغلي، ويترك قليلاً (٢ دقيقة تقريباً)، ثم تصفى وتشرب.

٢ـ تحضير عصير طازج من هذه العشبة:

- حيث تغسل كمية من هذه العشبة الطازجة.
- ثم تعصر هكذا وهي رطبة بالعصارة.

٣ ـ تحضير مرهم من هذه العشبة: حيث يحضر عصير طازج ثم يخلط مع زبدة [أو فازلين] ضمن حرارة الغرفة، ويستمر الخلط حتى يصبح على شكل معجون ويحفظ في الثلاجة بعد ذلك إلى وقت الحاجة.

❊ ❊ ❊

عشبة الآذريون

الاسم العلمي لهذه العشبة باللاتيني هو Calen Dula Officinalis[1] (آذريون مخزني)

وتسمى (عشبة الزهرة الصفراء)، أو (عشبة العيون الصفراء)

لعشبة (الآذريون) تأثير علاجي في السرطانات والقرحة السرطانية خصوصاً.

تنمو أحياناً في حدائق المنازل في القرى، وأحياناً تنمو في البراري، وعلى المنحدرات والحقول البرية.

وهذه العشبة يصل طولها إلى (٣٠ _ ٦٠ سم)، ورؤوسها المزهرة تتألف من لون طيفي مصفّر، بشكل تدريجي حتى اللون البرتقالي المصفر.

أما الساق والأوراق: فهي رطبة ودبقة ولاصقة عند اللمس.

أنواع هذه العشبة :

- نوع ذو رؤوس ممتلئة بالزهور لها أسدية بلون فاتح أو داكن غامق، (والأسدية : هي الأعضاء الذكرية في الزهرة).

وبشكل عام : فإن كافة أنواع هذه العشبة لها نفس القدرة العلاجية.

- ويقال: إن هذه العشبة منذ القدم، اعتبرت كأنها (مقياس للأحوال الجوية) و (الضغط الجوي). فإنه يلاحظ صباحاً (بعد السابعة) إذا كانت الرؤوس المزهرة مغلقة: فهذا يعني أن هذا اليوم هو (يوم ماطر).

---

(١) ذكرها جبر في معجم النباتات الطبية (١٤)

الاستعمال الطبي لهذه العشبة :

الجزء المستعمل من هـذه العشـبة : هـو الأزهـار والسـيقان والأوراق، ويجب أن يتم جنيها تحت الشمس المتألقة، لأنها بهذه الحالـة تكـون القـدرة العلاجيـة في ذروتهـا وهـذه العشـبة يمكـن جنيهـا طازجـة في الحديقـة في الخريف، بشرط ألا يكون قد أصابها المن.

عشبة الآذريون كثيرة الشبه بـ (زهرة العطاس)، لكن الآذريـون لـه قـوة علاجية أكبر، أما زهرة العطاس فهي خطيرة للغاية.

فمثلاً : لا يمكن استعمال عشبة زهرة العطاس داخليـاً شـراباً إلا تحـت مراقبة طبية دقيقة، من أطباء مختصين بهذا العلاج بواسطة الأعشاب الطبية.

فمثلاً : إذا كان المريض مصاباً بأحد أمراض القلب؛ فإن استعمال شاي زهرة العطاس قد يقتل المريض أما عشبة (الآذريون) فليس لها مثل هذا الضرر.

لذا يجب التفريق بين عشبة (العطاس) و (الآذريون)، رغم التشابه بينهما.

ومن فوائد هذه العشبة :

❊ في حالة اليرقان الإنتاني :

حيث تساعد هذه العشبة في تنشـيط الـدورة الدمويـة وتسـرع في شـفاء الجروح حيث أن شرب (١ـ ٢) كوب من شاي عشبة الآذريـون يوميـاً يعتـبر مفيداً جداً في مثل هذه الحالة.

❊ لآلام الرضوض :

المرهم المحضر من عشبة (الآذريون) : مفيـد جـداً عنـد وضـعه علـى الأماكن المؤلمة بسبب الرضوض والآلام.

طريقة وضع المرهم : ـ إما بشكل مباشر.

ـ والأفضل وضعه ضمن شاش ولفه حول الأمكنة التي تعاني من الدوالي في الساق، وبتكرار ذلك حوالي (٣ ـ ٤) أسابيع فإن الدوالي يخف حجمها ويصبح جلد الساق أكثر نعومة، والدوالي الصغيرة قد تختفي نهائياً.

الالتهابات الوريد التجلطية : وذلك في الركبة والساق، وكذا لقرحات الدوالي الجلدية، والناسور، وفي حالات إصابة الجلد بالتجمد أو الحروق، والتشققات الجلدية، في الثدي خاصة.

لإزالة ندب الجروح : وذلك بعد العمليات الجراحية، كما تساعد هذه العشبة بالتخلص من فطريات القدمين.

لعلاج الفطريات : فإن منقوع (الآذريون) الطازج باستعماله كغسولات أو دلك: يساعد على علاج الفطريات، وخصوصاً في المهبل.

فالغسولات [أو الحمامات] الجزئية بوضعية القعود تساعد في التخلص من هذه الفطريات.

** حيث تستعمل كمية (٥٠) غ من هذه العشبة المجففة (أو ملء ٤ قبضات) مما تم جنيه حديثاً لكل حمام جزئي أو مغطس للقدمين، أو المهبل.

- المرهم المحضر من هذه العشبة يساعد أيضاً في معالجة التقرحات التي تصيب القدمين وخصوصاً في الأصابع وبينها، وذلك في بعض الحالات الفطرية.

أساس العشبة لمعالجة الجروح :

الأساس المحضر من هذه العشبة وعندما يمدد في الماء المغلي [شريطة كون الماء معقماً]، بعد تركه حتى يبرد قليلاً : يساعد بشكل كبير في معالجة

الجروح، عند استعماله على شكل كمادات، وكذا للرضوض والآلام العضلية والتشنجات، والوذمات والبثرات الجلدية.

لبعض الحالات السرطانية :

قد يساعد شرب شاي هذه العشبة، ولمدة طويلة في علاج بعض الحالات السرطانية كعلاج كيميائي. كما قد يساعد العصير الطازج المحضر من عشبة (الآذريون) الطازجة عند دهنه أو دلكه: قد يساعد في إزالة أو تخفيف بقع الجلد التي تظهر كآثار لحب الشباب، أو عند ترهل الجلد.

لعلاج أمراض المعدة والأمعاء والمغص والقرحة :

وكذا لعلاج التهاب الكولون، والبول الدموي، والالتهابات الفيروسية والبكتيرية، وأمراض الكبد وكذا لمعالجة حالات الإسهال الشديد.

طريقة تحضير منقوع ساخن ـ أو شاي ـ عشبة الآذريون :

- يتم ذلك باستعمال أزهار وأوراق وسوق (سيقان) هذه العشبة مع بعضها، والتي يتم نقعها في ماء مغلي.
- ثم يتم تصفية وشرب الشاي، وذلك دون تحلية (بلا سكر).
- ويتم شرب (٣ ـ ٤) أكواب يومياً على شكل رشفات صغيرة خلال اليوم الواحد.

لطرد الديدان :

- للتخلص من الديدان الصغيرة من الأمعاء : يتم شرب شاي عشبة (الآذريون) وعلى أن يتم تحضير تلك الشاي من [أزهار العشبة فقط، دون باقي الأجزاء].
- تؤخذ الأزهار فقط، مع ١/٤ ليتر ماء.

لمعالجة الجرب والثآليل :

• إذ إن عصر سيقان عشبة (الآذريون) الطازجة له تأثير علاجي في الخلاص من الجرب والثآليل عندما تدهن بالعصير (تمسح تلك المناطق بقطعة مبللة بالعصير).

• وفي حالة علاج الإكزيما: فيجب أن يترك ويحضر منقوع تلك العشبة بعد غليه، ثم يبرد قليلاً، ثم بعد ذلك يغسل المكان المصاب بهذا المنقوع.

لتقوية النظر :

غسل العينين بشاي دافئ من عشبة الآذريون : يقوي النظر [ويعتبر مطهراً لها].

للتقرحات الجلدية والدوالي :

إن استعمال الغسولات بمنقوع عشبة (الآذريون) + عشبة (ذنب الحصان) بمقادير متساوية تساعد في علاج التقرحات الجلدية، وبخاصة تقرحات الدوالي الجلدية في الأرجل، وكذا في حالة إنتانات الفخذ والجروح المنتنة، حيث تضاف كمية (١ ملعقة كبيرة) من خلطة العشبين إلى ١/٢ ليتر من الماء.

ملين للطبيعة :

إن استعمال مقدار /٢/ ملعقة صغيرة ممسوحة من أزهار عشبة (الآذريون) إلى كمية /١/ كوب من الماء؛ فإن هذا المنقوع ـ أو الشاي ـ يستعمل كملين خفيف.

طرق استعمال هذه العشبة :

أ ـ تحضير شاي، أو منقوع ساخن من هذه العشبة، وذلك من ملعقة صغيرة مليئة بهذه العشبة، لكل ١/٤ ليتر من الماء المغلي مع غليه، ثم تركه قليلاً.

ب ـ تحضير مغطس جزئي :

حيث يتم ذلك من / ٤ / قبضات ممتلئة من العشبة الطازجة (التي تم جنيها حديثاً) أو ما يعادل / ٥٠/ غراماً إن كانت العشبة جافة، لأجل حمام جزئي، أو مغطس جزئي.

جـ ـ تحضير غسولات :

يتم تحضير غسولات من هذه العشبة وذلك من : / ١/ ملعقة كبيرة مليئة بهذه العشبة لكل ١/٢ ليتر من الماء.

د ـ تحضير أساس لهذه العشبة :

بمقدار قبضة واحدة، مليئة بالأزهار من عشبة (الآذريون)، توضع في زجاجة تحتوي على /١/ ليتر من الكحول الطبي، ويترك لمدة /١٤/ يوماً معرضاً لأشعة الشمس، على أن تكون الزجاجة مغلقة بإحكام، ثم تصفى ونحصل بذلك على الأساس المطلوب.

هـ ـ يتم تحضير مرهم من هذه العشبة: وذلك من /٤/ قبضات ممتلئة بهذه العشبة، مع كافة أزهارها وأوراقها وسيقانها، حيث تقطع وتفرم بشكل ناعم، ثم تؤخذ / كمية ٥٠٠ غ من شحوم نباتية / ذات نعومة جيدة ـ [فازلين]، وتوضع على النار حتى تذوب، ثم تضاف العشبة المفرومة وتقلى

العشبة حتى تطقطق وتخلط جيداً ثم تغطى وتترك لتبرد مـدة /٢٤/ سـاعة. ثم تسخن قليلاً، ثم تصفى ويتم الترشيح بواسطة فلتـرة، أو يـتم التصـفية بقطعـة قماس أو شاش وذلك في أوعية نظيفة.

في حالة عدم احتمال الجلد للشحوم النباتية: يمكن الاستعاضة عنها بـ زيت الزيتون بكمية تكفي للقلـي، ولا يشـترط أن تكـون الكميـة / ٥٠٠ غ / كالشحوم بل ما يكفي فقط.

و ـ تحضير عصير طازج :

يتم تحضير عصير طازج مـن هـذه العشـبة: حيـث يـتم غسـل السـيقان والأوراق والأزهار وتوضع وهي رطبة في عصارة كهربائية، وتعصـر [ويحفـظ الناتج طازجاً].

❊ ❊ ❊

عشبة ثوم الدب

الاسم العلمي لهذه العشبة باللاتيني هو Allium Ursinum
[ثوم الدببة = كراث الدب][1]

وهناك من يسمي هذه العشبة بـ " عشبة ثومة حزيـران " أو عشـبة الثـوم البري، أو عشبة ثوم الغابات.

**** أوراق هذه العشبة** : ذات لون أخضر، لماع، وعلى شكل حربة.
هذه الأوراق تخرج في بصلة (أو بصيلة) متطاولة، ومحاطـة بغشـاء ذي لون أبيض.

**** أما الساق** :
فإن ساق هذه العشبة ملساء بلون أخضر فاتح، ويصل طولها إلى حوالي /٣٠/ سم.
تنمو هذه العشبة فقط في الحقـول الرطبـة والغنيـة بالـدبال [الـذي هـو كالفطر النباتي المتعفن، وهي مادة كنوع من السماد] تنمو تحـت الأجمـات[2] أو الشجيرات في الغابات ذات الأشجار المورقة الكثيفة وفي المناطق الجبلية.

**** رائحة العشبة** :
هذه العشبة لها رائحة الثوم القوية، وهو ما يميز هذه العشبة عن أعشاب

---

(١) ورد اسمها ووصفها في معجم النباتات الطبية (١١١)، وذكـر مـن خواصـها: للنحافـة، وخفض ضغط الدم، وكمطهر وطارد للديدان، والجزء الطبي منه: البصلة.
(٢) الأجمة: الشجر الكثير الملتف = الغابة.

أخرى مشابهة لها، حتى إن هذه الرائحة القوية الثومية تبقى حتى قبيل موت العشبة تماماً [أي حتى وإن هرمت].

• في الربيع: تظهر أوراق هذه العشبة في الأرض خلال شهر نيسان.
أما الأزهار فإنها تظهر ابتداءً من منتصف شهر أيار وحتى حزيران.

قدراتها العلاجية :

عشبة ثومة الدب هذه تفوق في قدراتها العلاجية بكثير الثوم العادي الذي نعرفه، خاصة وأن لها قدرة علاجية كبيرة في الأمراض الجلدية المزمنة.

• أوراق هذه العشبة: تستعمل كعلاج فقط عندما تكون طازجة في الربيع، لأنها تفقد قدرتها العلاجية عند تجفيفها لذلك فإن أوراق هذه العشبة تستعمل كعلاج للمعدة والأمعاء والدم عن طريق أكلها مع الطعام، حيث تغسل الأوراق وتقطع وتفرم وتؤكل مع الخبز والزبدة وهي طازجة، أو يرش عليها البقدونس أو ترش كالتوابل على السلطة العادية، أو على شوربة الخضار.

ملاحظة :

١ـ لا ينصح بالإكثار من رش هذه الأوراق المفرومة على الأطعمة لأنها ذات طعم لاذع حريفي (حارق).

٢ـ عمر هذه الأوراق قصير [من نيسان إلى قبيل منتصف أيار] أي قبيل ظهور الأزهار.

** أما بصلة أو بصيلة هذه العشبة: فإنها تجنى في نهاية الصيف، وهي تستعمل كما يستعمل الثوم العادي.

علاج للمعدة الحساسة :

الذين يعانون من معدة حساسة يمكن علاجهم بهذه العشبة :

▪ يصب الحليب الساخن فوق أوراق هذه العشبة، عندما تكون طازجة [حديثة الجني].

▪ أو يصب الحليب الساخن فوق بصيلة هذه العشبة.

● وفي الحالتين : يلزم أن تكون (الأوراق أو البصلات) مفرومة ناعمة.

● ثم يترك الحليب مع المفروم (منقوعاً) لمدة / ٢_ ٣ / ساعات، وبعدها يشرب على شكل رشفات.

تحضير أساس هذه العشبة :

يمكن تحضير أساس هذه العشبة حتى يتمكن المريض من استخدامها طول العام، أو متى احتاج الأمر، حيث توضع يومياً (١٠ ـ ١٢) نقطة منها مع قليل من الماء (١/٤ كوب).

وهذا العلاج يفيد في تقوية الذاكرة وتنشيطها.

كما تفيد في مقاومة تصلب الشرايين، ولأمراض أخرى.

فوائدها وعلاجها :

يستفاد من هذه العشبة في معالجة :

ـ أمراض المعدة
ـ أمراض الجهاز الهضمي
ـ مقاومة الإسهال الحاد
ـ المغص والغازات
ـ مقاومة الإمساك
ـ طرد الديدان المعوية

بعد المعالجة بهذه العشبة، وتحسن حالة المريض [الجهاز الهضمي أو تصلب الشرايين] فإن تحسن الوضع الصحي سوف يزيل ما قد يظهر أثناء العلاج مثل : الأرق، واضطراب القلب، الدوخة، والصداع.

معالجة أمراض الصدر :

يتم بواسطة (١٠ ـ ١٢) نقطة من أساس هذه العشبة + ١/٤ كوب ماء، تنفع من أمراض الصدر وعسر التنفس والسعال، وأغلب أمراض الجهاز التنفسي.

طرق استعمال هذه العشبة :

أ ـ تحضير توابل: حيث تحضر هذه العشبة على شكل توابل/ من الأوراق الطازجة لهذه العشبة، ويتم تقطيع وفرم المحضّر مثل البقدونس، ويرش على الخبز والزبدة، أو فوق الشوربة أو السلطة أو فوق الأطعمة المطبوخة باللحم؛ حيث ترش طازجة مثل التوابل.

ب ـ تحضير أساس :

حيث يتم تحضير أوراق العشبة وهي طازجة، في وقت جنيها حتى منتصف شهر أيار.

• أو تحضير بصلة [يتم جنيها في نهاية الصيف]، حيث تقطع وتفرم، ثم توضع داخل زجاجة حتى عنق الزجاجة، دون أن تكون محشورة حشراً، [تعبئة عادية].

• ثم يصب فوقها كحول طبي بدرجة (٣٨ – ٤٠%).

• ثم يترك لمدة /١٤/ يوماً تحت الشمس، وتكون الزجاجة محكمة الإغلاق.

بعد ذلك يتم تصفية الأساس، ويستعمل على شكل نقاط (١٠ ــ ١٥) نقطة، محلولة في قليل من الماء ـ حوالي ١/٤ كوب، وتستعمل /٤/ مرات يومياً.

(عشبة الحماض البري)[١]

الاسم العلمي لهذه العشبة باللاتيني هو / Rumex Qbtusifolius /

والبعض يسمي هذه العشبة بـ (حماض الغابة)، أو عشبة (حماض الأرنب) أو (حماض العنزة)، أو الحماض ذا الثلاث ورقات.

• هذه العشبة : تتواجد وهي مغطية معظم أراضي الغابات الصنوبرية، والغابات المورقة، وتكون على شكل أوراق بلون أخضر كاشف، والأوراق بنية، وأزهارها رقيقة.

هذه الأزهار يمكن استعمالها في خلطة عشبية مؤلفة من زهور مختلفة وأعشاب للحصول على نوع من الشاي المختلط.

• هذه العشبة لا تجفف، وإنما تستعمل فقط في حالة طازجة.

استعمالاتها العلاجية :

١ـ يتم معالجة (حموضة المعدة) والاضطرابات الوظيفية الخفيفة للكبد ولجهاز الهضم بشكل عام، وذلك بشرب شاي من هذه العشبة، حيث يكون الشاي (بارداً) مثل حرارة الغرفة.

٢ـ أما في حالة (اليرقان) أو (الالتهابات الكلوية) و (الديدان): فإنه يتم شرب /٢/ كوب في اليوم من شاي هذه العشبة ولكنها ساخنة.

---

(١) انظر معجم النباتات (١١٥)

لعلاج التقرحات المزمنة :

في المعدة أو الأمعاء أو الجلد؛ فإنه يستخدم عصير طازج لهذه العشبة ويمكن الحصول على العصير بواسطة (عصارة كهربائية)، حيث يؤخذ (٣ ـ ٥) نقاط محلولة في ١/٢ كأس ماء أو شاي من أعشاب أخرى.

وفي حالة الغشاء الفموي : يتم دهن هذا العصير الطازج مباشرة على تلك التقرحات المزمنة.

● في حالة مرض (باركينسون)[1] : فإن عصير هذه العشبة الطازج ينفع منه، حيث يؤخذ كل ساعة (٣ – ٥) نقاط محلولة في منقوع أو شاي عشبة (ذيل الفأر)، ثم يستخدم العصير لعمل تدليك العمود الفقري، كما أن التدليك بهذه العشبة له نفع في أمراض أخرى في العمود الفقري.

طرق استعمال هذه العشبة :

١ـ تحضير شاي : أو منقوع ساخن من هذه العشبة؛ حيث يتم نقع كمية /١/ ملعقة كبيرة من الأوراق الطازجة لهذه العشبة مع ١/٢ ليتر ماء مغلي.

يترك قليلاً /٢/ دقيقة تقريباً، ثم يصفى ويشرب.

٢ـ تحضير عصير طازج : حيث يتم :

ـ غسل أوراق هذه العشبة.

ـ يتم عصرها بواسطة عصارة كهربائية.

* * *

عشبة زهرة البابونج[1]

الاسم العلمي لهذه العشبة ـ باللاتيني هو /Matricaria Chamomilla/

والبعض يطلق عليها اسم (بابونج الحقل).

تواجدها :

تنمو هذه العشبة في الاراضي الطينية ـ الوحلية ـ في الحقول المزروعة بالحبوب أو الذرة، أو البرسيم، أو البطاطا، أو الشوندر.

• تتأثر هذه العشبة كثيراً بالمبيدات العشبية، أو الأسمدة الكيميائية، لذا فإنها لا تنمو في تلك المواقع.

• تنمو هذه العشبة ـ وبشكل كثيف ـ بعد فصل شتوي، غني بالثلوج، وربيع بالغ الرطوبة.

الفرق بين عشبة زهر البابونج الطبية، وزهر البابونج البري :

١ـ زهر البابونج الطبي : ذو رائحة عطرة جداً، وذو شكل مقعر.

٢ ـ الرؤوس المزهرة في نهايات أطراف هذه العشبة : يتم جنيها اعتباراً من شهر أيار، وحتى آب، والأفضل أن يكون جني هذه العشبة تحت أشعة شمس الظهيرة.

زهر البابونج: له تأثير علاجي فعّال وخصوصاً على الأطفال الصغار.

---

(١) في معجم النباتات الطبية ـ جبر (٦٠)، اشار إلى أن الجزء الطبي هو /القمم/ فقط.

(٢) وذكر من خواصه : أنه يستعمل كخافض للحرارة، ومسكن للآلام ولحاؤه لحروق الشمس، وهو طارد للرياح.

شاي زهر البابونج :

- يمكن إعطاء شاي زهر البابونج للأطفال في حالات تشنجات البطن والمغص.
- كما أنه مفيد في معالجة انتفاخ الأمعاء بالغازات والإسهال.
- وفي حالة حموضة المعدة أيضاً.

لعلاج اضطرابات الطمث : تفيد شاي زهر البابونج في علاج اضطرابات الطمث، أو العادة الشهرية، أو انقطاعها وعلاج الأمراض النسائية عامة.

لعلاج الأرق والحمى :

إذ إنه من المفيد استعمال شاي البابونج في علاج الارق وقلة النوم والحمى والآلام.

- ومن فوائد زهر البابونج :
  - في حالات التعرق.
  - يستعمل كمهدئ ـ مسكن ـ مضاد للتشنج.
  - لالتهابات الأغشية المخاطية في الفم والبلعوم، والأنف، والمهبل والشرج.

للجلد والتحسس :

** إن منقوع [أو شاي] زهر البابونج : يمكن استعماله على شكل كمادات، وغسولات عينية أو جلدية، وخصوصاً للالتهابات الجلدية المتقيحة، أو التحسسية.

** وأيضاً على شكل غرغرة فموية لتخفيف آلام الأسنان، وتحسين رائحة الفم ولغسل الجروح والتقرحات.

في حالات الغم والإنقباض :

ينصح بشرب كوب من الشاي [من زهر البابونج]، لأنها تؤثر في راحة الأعصاب وتخفيف الضغط النفسي، كما تساهم هذه الشاي في تخفيف إجهاد القلب، نتيجة الانفعال العصبي.

لتخفيف آلام الرقبة :

يتم عمل وسادة مليئة بزهر البابونج الجاف، ويتم تسخينها وتدفئتها قليلاً ثم توضع على الرأس، وبعدها يتم الاستلقاء، وبهذا تخفف آلام الرأس والرقبة، والضغط والإرهاق الفكري.

كمهدئ للجهاز العصبي :

حمامات ومغاطس وغسولات بمنقوع زهر البابونج، فإن لها تأثيراً مهدئاً للجهاز العصبي والإرهاق الجسدي.

كمؤثر تجميلي : لهذه العشبة تاثير تجميلي، فإن غسل الوجه مرة كل أسبوع بواسطة منقوع البابونج فإن بشرة الوجه تنتعش، ويصبح لونها نضراً، كذلك عمل حمام أو مغطس للجلد عامة.

كما أن غسل الشعر بمنقوع زهر البابونج ـ خصوصاً إذا كان أشقر اللون ـ فإن الشعر يصبح ذا ملمس وبريق لماع جميل.

ملين ومسهل للطبيعة :

** استعمال هذه العشبة : تساعد علىالتبرز وتحسين الطبيعة، دون أن يكون لها تأثير ملين أو مسهل؛ لذا ينصح بها من أصيب بأمراض البواسير، وذلك بشرب منقوع أو شاي هذه العشبة.

كما يمكن استعمال العشبة خارجياً على شكل مرهم، كما يمكن استعماله على الجروح لشفائها.

لمعالجة التهاب الجيوب الحاد :

سواء منها الجيوب الفكية والأنفية والجبهية، أو في حالة الرشح والزكام؛ فإنه من المفيد استنشاق الأبخرة المتصاعدة من مغلي زهر البابونج : ويتم ذلك بـ :

** تغطية الماء المغلي ثم إضافة كمية من زهر البابونج.

وتركها ثم بعد إطفاء النار: يؤخذ الوعاء على طاولة ويغطى الرأس بمنشفة، ويستنشق البخار المتصاعد من الوعاء.

* هذه الطريقة تخفف من آلام الالتهابات، وبعد الاستنشاق يجب البقاء في مكان دافئ مع الاستلقاء.

للآلام العصبية والعضلية :

زيت زهر البابونج : يستعمل مع التدليك لمعالجة حالات الآلام العصبية والمفصلية، والتشنج وروماتيزم المفاصل (الركبة، والقدمين، واليدين، والكوعين، والظهر، والرقبة).

كما ينفع هذا البابونج في تخفيف تعب العضلات وخصوصاً في الأطراف.

لآلام المفاصل :

تستعمل هذه العشبة ـ على شكل كمادات ـ على المثانة المريضة حيث يخفف آلامها.

كما أن وضعها فوق العينين، وهي مغمضة ـ يزيل آلام العينين، ويريح عضلات الأجفان.

طرق تحضير هذه العشبة :

أ ـ تحضير شاي : أو منقوع ساخن من هذه العشبة؛ حيث تنقع كمية /١/ ملعقة صغيرة

** + ١/٤ ليتر من الماء المغلي، ويترك المزيج مدة /٢/ دقيقة.

** ثم يتم تصفية الناتج واستعماله.

ب ـ تحضير غسولات :

- من أجل غسل الوجه : تحضر كمية تقدر بملء اليدين معاً مرتين من هذه العشبة.
- أما من أجل غسل الشعر : فالكمية تكون ملء قبضة واحدة ممتلئة.
- وفي كلا الحالتين يتم نقع هذه الكمية في ماء مغلي، ثم تركه قليلاً، ثم تصفيته وتبريده قليلاً قبل الاستعمال.

ج ـ تحضير كمادات :

ويتم ذلك بـ : ـ غلي ١/٤ ليتر من الحليب [حتى الفوران].

ـ صبه فوق كمية من العشبة (ملعقة كبيرة مممتلئة).

ـ ثم تركه قليلاً، ثم تصفية الناتج، وعمل كمادات منه.

د ـ تحضير أبخرة من هذه العشبة :

- حيث يتم غلي /١/ ليتر من الماء حتى الفوران.
- ثم تنقع عشبة بمقدار /١/ ملعقة كبيرة ممتلئة.

• تغطى لمدة /٥ دقائق / حتى تخف الحرارة، والأبخرة المتصاعدة منها؛ كي لا تحرق الوجه، شريطة بقائها دافئة وتوضع منشفة فوق الرأس، ويتم استنشاق الأبخرة المتصاعدة [شهيق وزفير من الأنف]، هذا يعتبر مفيداً جداً في حالات الرشح، والزكام، والتهابات الجيوب الفكية والجبهية والأنفية.

تكرر هذه العملية مرتين في اليوم، ولعدة أيام.

هـ ـ تحضير مخدة من هذه العشبة :

• حيث تملأ كمية داخل كيس صغير ونظيف من القماش (قطن أو كتان) من زهر البابونج الجاف.

• ثم يخاط الكيس.

• ثم يسخن فوق صينية موضوعة على النار.

• توضع المخدة الساخنة على مكان المرض المراد علاجه من الجسم.

و ـ تحضير زيت العشبة :

• تملأ زجاجة نظيفة حتى العنق بهذه العشبة، ولكن أن تكون محشورة، على أن تكون العشبة بحالة طازجة ويكون جنيها في فترة مشمسة في الظهيرة.

• ثم يصب في الزجاجة فوق الأعشاب زيت زيتون، بحيث يغطي الأعشاب جيداً ويغمرها.

• ثم تغلق الزجاجة بإحكام، ثم تترك /١٤/ يوماً معرضة للشمس.

• ثم تصفى وتحفظ في مكان بارد.

ز ـ تحضير مرهم :

• يمكن تحضير مرهم من هذه العشبة، حيث تذاب كمية /٢٠٠/ غ من شحم أو دهن حيواني (غنم، أو بقر) أو زبدة على النار حتى (تطقطق) [يمكن استعمال الفازلين بدل الشحم].

• ثم تضاف إليها كمية (ملء اليدين معاً) من زهور هذه العشبة وهي طازجة ومفرومة.

• تحرك وتخلط أثناء التسخين أو القلي، بحيث تصل إلى مرحلة تظهر عليها الرغوة.

• ثم تطفأ النار تحتها، وتخلط جيداً، ثم تغطى وتترك خلال الليل في مكان ذي تهوية جيدة.

• في اليوم التالي : تسخن وتصفى بواسطة قطعة قماش (شاش) أو كتان رقيق ويمكن وضع شبكة تصفية، ويترك الكل فوق وعاء نظيف.

• بعد التصفية : يمزج المرهم الناتج جيداً، ويوضع في زجاجات أو علب نظيفة.

❊ ❊ ❊

الجـوز[١]

الاسم العلمي لهذه النبتة باللاتيني هو / Juglans Regia /

فترة الإزهار :

- هذه النبتة تزهر في شهر أيار قبل تشكل أو ظهور الأوراق.
- الأوراق الطازجة : تجنى في شهر حزيران.
- الجوز الأخضر: يتم جنيه ابتداءً من منتصف شهر حزيران، وذلك بحيث أن قشرة الجوزة تكون غير سميكة، ويمكن ثقبها بسهولة بالإبرة.

شاي أوراق الجوز :

الشاي المحضر من أوراق الجوز : يستعمل لعلاج اضطرابات الجهاز الهضمي مثل : الإمساك، علاج مرضى السكر، اليرقان، بعض أمراض الدم لأنه يساعد على تنقية الدم.

لمعالجة الكساح وتدرن الجلد :

- منقوع أوراق الجوز عند إضافته لمغطس الحمام (البانيو) : يساعد في معالجة الكساح وتدرن الجلد وترقق العظام الشائع عند النساء اللواتي تجاوزن سن اليأس.
- وهو مفيد في حالات تقيح الأظافر في اليدين والقدمين.

---

(١) انظر : معجم النباتات (١٢)

للأكزيما :

** الغسولات المحضرة من منقوع أوراق الجوز الخضراء : تنفع للأماكن المصابة في الجسم، كالأكزيما، في الراس خصوصاً ولدى الأطفال الرضع.

** كما أنها تفيد في حالات (حب الشباب)، و(الالتهابات الجلدية المتقيحة)، وتعرق القدمين كريه الرائحة.

** ولمعالجة مرض السيلان في الأعضاء التناسلية الذكرية والأنثوية [على شكل غسولات من منقوع الأوراق].

للالتهابات التقرحية للغشاء الفموي :

حيث تتم الغرغرة بمنقوع أوراق الجوز، وهذا مفيد للغشاء الفموي والتهاب البلعوم.

لتساقط الشعر، والقمل :

فإن استعمال منقوع مركز من أوراق الجوز يستعمل كغسولات أو مغاطس لمعالجة تساقط الشعر والأمراض الجلدية، حيث تدلك جلدة فروة الرأس بهذا المنقوع، كما تفيد في حالة القمل.

لتنظيف المعدة :

يمكن تحضير أساس من ثمرة الجوز، والذي يمكن تحضيره من ثمرة الجوز الخضراء، والتي تجنى ابتداءً من منتصف شهر حزيران، بحيث أن قشرة الجوزة غير سميكة، ويمكن ثقبها بسهولة بالإبرة، هذا الأساس له علاج تنظيفي للمعدة والدم، وعلاج بعض أمراض الكبد، وكذا لعلاج كسل المعدة والأمعاء والدم.

طرق استعمال هذه العشبة :

١ـ تحضير شاي : فإن تحضير شاي أو منقوع من هذه النبتة يمكن تحضيره من :

** ملعقة صغيرة من أوراق الجوز، بعد أن تقطع قطعاً صغيرة، في ١/٤ ليتر من ماء مغلي، ويترك قليلاً، ثم يصفى.

٢ ـ تحضير غسولات : يتم تحضير غسولات ومغاطس، حيث :

- يضاف /١٠٠/ غ من أوراق الجوز إلى ماء المغطس.
- أما أصل الغسولات، حيث تنقع كمية ملعقة مليئة بأوراق الجوز، بعد أن تقطع قطعاً صغيرة في ١/٤ ليتر.
- وللحصول على منقوع أكثر تركيزاً : نضع أو ننقع ضعف أوراق النبتة، إلى نفس كمية الماء، دون زيادة فيها.

٣ ـ تحضير أساس من هذه النبتة :

حيث تقطع حوالي /٢٠/ جوزة [ثمرة خضراء] بشكل أرباع (٤ قطع لكل جوزة)، ثم توضع في زجاجة نظيفة، لها عنق عريض، كي يمكن إدخال قطع الجوز المقطعة على حالها دون تفتيت، ثم يصب فوقها /١/ ليتر كحول الفاكهة بدرجة تركيز ٤٠% [وهو الكحول الطبي المستخرج من العنب]، على أن تغمر قطع الجوز بارتفاع (٢ ـ ٣) أصابع.

ـ تغلق الزجاجة بإحكام، ثم توضع لمدة /٣/ أسابيع معرضة للشمس.

ـ بعد ذلك تصفى وتوضع في زجاجة أخرى، تستعمل يومياً بمعدل ملعقة واحدة صغيرة.

ملاحظة :

حتى يكون طعم الناتج مستساغاً، يمكن إضافة مواد ذات نكهة وهي :

- ٣ قطع من القرنفل الجاف + قرفة (قطعة) جافة.
- ١ فانيليا، أو قليل من مطحونها + قشرة طازجة لنصف برتقالة.
- ٥٠٠ غ سكر.

يتم غلي هذا المركب في ١/٤ ليتر من الماء، ثم يبرد ويصفى، ويضاف إلى الأساس المحضر سابقاً.

❊ ❊ ❊

عشبة زنبق الماء[١] = قصب الذريرة = الوج

الاسم العلمي لهذه العشبة باللاتيني هو / Acorus Calamus /

• هذه العشبة المائية تنتشر خصوصاً بجانب المستنقعات والبحيرات والأماكن الموحلة، وعلى ضفاف المياه الراكدة.

• في الطمي على هذه الضفاف: ينبت الجذمور (الساق الارضية الشبيهة بالجذر) ومنه تظهر أوراق متعددة على شكل سيف، وربما وصل طولها إلى /١/ متر.

• هذه الساق مسطحة، في منتصفها توجد المدقة (وهي العضو الأنثوي في النبات) وهي مخروطية الشكل بلون بني مخضر، أو بني مصفر.

• جذر هذه العشبة بثخن الإصبع، ينمو حتى طول /١/ متر، وله طعم مر قوي إن كان طازجاً، أما عندما يكون الجذر مجففاً فإن طعم المرارة يخف كثيراً، وقد يزول.

وقت الجني :

هذه العشبة يتم جنيها في أوائل الربيع، أو أواخر الخريف.

---

(١) وليس هو الزنبق الأبيض، لأن ذاك سام داخلياً، انظر التداوي بالأعشاب (١٧٢).

انظر زنبق الماء في : ※ الأعشاب في كتاب (٧١٢) = قصب الذريرة = الوج.

※ معجم النباتات (٢٠٥، ٣٢٢)، والتفصيل في الثاني.

فـوائـدهـا :

أ ـ علاج الضعف العام : سواء للجهاز الهضـمي، أو حـالات الانتفـاخ المعوي، والمغص، واضطرابات الغدد الصم، والتهابات المفاصل.

ب ـ حالات التهابات الأمعاء، والاستسقاء، وداء الاخضرار.

جـ ـ لمعالجة النحافة الشديدة : حيث ينصح بشرب كأس شاي من هذه العشبة يومياً.

ثم عمل مغطس (بانيو) كامل مضافاً إليه هذه العشبة لأنها :

ـ تفتح الشهية.

ـ تشد العضلات.

د ـ تنشيط وظيفة الكلية :

فإن للشاي من هذه العشبة تاثيراً في تنشيط وظيفـة الأجهـزة الهاضـمة، وخاصة للأطفال الذين يعانون من سوء الامتصاص.

هـ ـ للمدخنين : حيث أن مضغ الجذور المجففة لهذه العشبة يساعد في ترك التدخين.

و ـ لالتهاب الجفون: حيث يتم غسل الجفون والعيون بالعصير الطـازج للجذور، على أن تكون العيون مغمضـة، وبعـد تركهـا عـدة دقـائق، تغسـل الجفون بالماء البارد.

ز ـ في حالات البرد الشديد : فإنـه يـتم عمـل مغطـس كامـل (بـانيو)، مضافاً إليه تلك العشبة.

عمل منقوع بارد :

من أجل شرب منقوع هذه العشبة: فإنه يتم تحضير منقوع بارد من عشبة زنبق الماء، حيث يتم تحضيره من :

- فنجان من الماء البارد + ملعقة صغيرة من جذور هذه العشبة، بعد أن تقطع وتفرم أجزاء الجذور.
- تترك خلال الليل.
- تسخن في اليوم التالي قليلاً [دون درجة الغليان].
- ثم يصفى ويشرب منه على شكل رشفات بعد كل وجبة طعام، بحيث لا تتجاوز الرشفات /٦/ في اليوم الواحد.

مع وضع صحن أو طبق لتغطية المنقوع ليبقى دافئاً حتى تنتهي الوجبة.

فائدة هذا المنقوع :

- لأجل أمراض الجهاز الهضمي خصوصاً (كالمعدة والأمعاء والكبد والمرارة، والطحال والبنكرياس).
- لأجل علاج الإسهال الحاد، والمزمن.
- لأجل تعديل وتنظيم عمل المعدة، وحموضتها.
- وفي علاج قرحة (الاثني عشر).
- وفي علاج أوجاع المعدة عامة.

العــلاج :

أ ـ بشرب المنقوع : لمعالجة الأمراض المزمنة، وربما يطول العلاج، حتى لعدة شهور.

ب ـ غسولات :

• حيث يتم عمل مغطس كامل، لذا تترك جذور هذه العشبة خلال الليل في وعاء ثم يتم غليها جيداً، ثم تترك حتى تنخفض درجة حرارتها، وتبقى ساخنة قليلاً.

• ثم يدلك بها الأعضاء المريضة مثل القدم، والذراع، والركبة، وغيرها من الأعضاء التي أصيبت بالبرد أو حالات الروماتيزم، وذلك لمدة /٢٠/ دقيقة، لذا يلزم معاودة تسخين هذا السائل ثم استخدامه للغسل فقط مرتين أو ثلاثاً.

• أو يضاف [السائل الساخن، والذي سبق ذكره] إلى ماء البانيو، وذلك لعمل مغطس كامل لمدة /٢٠/ دقيقة، مع معاودة تدليك الجسد.

طرق استعمال هذه العشبة :

أ ـ تحضير منقوع بارد من هذه العشبة؛ حيث يتم تحضير المنقوع بواسطة جذور هذه العشبة، حيث يتم نقع كمية = /١/ ملعقة صغيرة ممسوحة من الجذر المفروم، + ١/٤ ليتر من الماء.

يترك المزيج خلال الليل، وفي الصباح يسخن قليلاً، ثم يصفى، والتسخين يكون بحيث يصبح دافئاً وليس حاراً.

ب ـ تحضير عصير طازج من هذه العشبة: حيث يتم تنظيف الجذور الطازجة [حديثة الجني] وبشكل جيد، ثم تعصر في العصارة الكهربائية، حيث لا تعصر الجذور المجففة، وإنما يعمل منها منقوع بارد في حالة حفظها مجففة.

جـ ـ تحضير مغطس كامل ـ بانيو ـ : وذلك من هذه العشبة، حيث تضاف كمية /٢٠٠/ غ من جذور هذه العشبة، في /٥/ ليترات من الماء البارد، وتترك خلال الليل.

وفي اليوم التالي : يتم غلي هذا الماء بكل محتوياته من العشبة والماء، ثم يترك السائل فترة من الوقت دون تسخين تحته، ثم يضاف إلى ماء البانيو، ويكون ماء المغطس ساخناً حتماً.

* * *

عشبة الطرخشقون

الاسم العلمي لهذه العشبة باللاتيني هو

Taraxacum Officinale[(١)]

Officinale Tanacetum[(٢)]

تسمى هذه العشبة بـ / زهرة الذرة، = عشبة الأزهار الصفراء.

= عشبة فرخ الإوز.

تواجدها :

تتواجد هذه العشبة في المروج الخضراء، ولا تنبت في أماكن الرطوبة العالية.

وتزهر خلال شهري : نيسان وأيار في كل المروج والمراعي العشبية.

ألوانها: زهور هذه العشبة صفراء اللون.

خواصها: هذه العشبة لها خواص علاجية متميزة وذلك لأجل أمراض :

المرارة الكبد

---

(١) حسب تسمية د. رويحة (التداوي بالأعشاب)، ص(٢٠٨).

(٢) وفق تسمية معجم النباتات الطبية ـ جبر (ص ٢٦٣).

وأشار إلى هذه العشبة وفوائدها، أنها تنفع للبدانة، والجلد والبثور، واحتقان الكبد، والطحال والنقرس والروماتيزم واليرقان، وتنشيط المعدة.

وكمادة لفتح الشهية والسعال والسل الرئوي، وجذوره وأوراقه لتنقية الدم، والأكزيما والخراج والبواسير وفقر الدم والثآليل والكلف والنمش.

جني هذه العشبة: يتم وفق أجزائها:

- الأوراق: يتم جنيها قبل فترة الإزهار.

الجـــذور:

يتم جني الجذور :

ـ إما في أواخر فصل الربيع.

ـ أو في الخريف.

- السيقان : يتم جنيها خلال فترة الإزهار ـ كالأوراق ـ.
- جميع أجزاء هذه العشبة لها تأثير علاجي فعال.

طريقة الأكل :

يمكن أكل أوراق وجذور هذه العشبة وهي بحالة طازجة؛ وذلك بعد غسلها وتقطيعها على شكل سلطة خضراء طازجة، مع قطع بطاطا مسلوقة ومقطعة، أو دونها.

تطبيقاتها وفائدتها العلاجية :

١ـ إن طبق سلطة من هذه العشبة : يفيد في أمراض الكبد.

٢ ـ إن تناول كمية من سيقان هذه العشبة [طازجة] يفيد في التهاب الكبد المزمن.

٣ـ لهذه العشبة تاثير في علاج مرضى السكري، وتكون كمية السيقان الطازجة (١٠) سيقان، ويشترط في حالة السكري أن تكون السيقان قد جنيت في فترة الإزهار، حتى يكون لها تاثير علاجي أكبر.

• في هذه الحالة : بعد جني العشبة يتم غسل العشبة بكامل أزهارها وسيقانها، وبعدها تنزع الأزهار، وتنظف السيقان مع بقايا النتوءات إن وجدت، ثم تمضغ السيقان وتؤكل رويداً رويداً.

• بهذا الشكل يمكن الحصول على سيقان بالطول الكامل تقريباً، بينما جني السيقان مباشرة من الحقل بعد نزع أزهارها غير المبللة، سيؤدي إلى تكسرها وفقدان بعضها [لقلة البلل، وشدة التقصف بسبب الجفاف]، بينما هي طرية يساهم في بقائها على حالها.

طعم ومذاق العشبة :

إن طعم ومذاق سيقان هذه العشبة: هو الطعم المر، مع حموضة، وبشكل يشبه طعم الهندباء.

الأشخاص المصابون بوهن عام وتعب: ينصحون باستعمال هذه العشبة ولمدة (٤١) يوماً، وفي كل يوم حوالي (٤ ـ ٥) سيقان طازجة من هذه العشبة.

فوائدها :

تستخدم هذه العشبة كذلك في تنشيط الكبد والمرارة، وفي علاج الروماتيزم، والتهاب المفاصل.

شاي جذورها : ـ لها تأثير علاجي في تنشيط وظائف الهضم والتعرق، وإدرار البول.

ـ وفي تمييع الدم بشكل جيد.

ـ وفي تجميل البشرة والعين.

وتكون الجذور مجففة قبل تحضير محلول الشاي منها.

طريقة تحضير منقوع حار من هذه النبتة :

يتم ذلك بـ :

- غلي كمية من ماء، ثم صبه فوق الجذور المغسولة والنظيفة.
- تكون الجذور مقطعة أو مفرومة.
- تترك قليلاً للنقع، ثم تصفى.
- يبرد المنقوع الساخن المصفى.
- ثم يصب في زجاجة لحفظه وقت الاستعمال.

• يتم غسل الوجه والعينين، ويدلك الوجه كذلك عند الغسل.

• يترك قليلاً، ثم يغسل الوجه بالماء لإزالة بقايا منقوع الشاي.

تحضيره :

** لتحضير المنقوع الحار منه : يضاف لكل /١/ ليتر من الماء المغلي مقدار ملعقة كبيرة من مفروم الجذور.

** يترك المنقوع /٢/ دقيقة، ثم يصفى.

• وتأثيره التجميلي : حيث يعطي بريقاً للوجه والعينين، كما أنه ينفع لحب الشباب.

شراب أزهار العشبة: له تأثير إيجابي على الصحة العامة للجسم.

**** طرق استعمال هذه العشبة :**

أ ـ تحضير شاي أو منقوع منها :

• حيث يتم نقع كمية (بمقدار ملعقة صغيرة ممتلئة من مفروم الجذور المقطعة) + ١/٤ ليتر ماء بارد، ويترك خلال الليل.

- في الصباح: يسخن حتى درجة الغليان، ويوقف التسخين.
- ثم يرشح بورق الترشيح، ثم يشرب على شكل رشفات قبل الفطور بـ ١/٢ ساعة وبعد الفطور بـ ١/٢ ساعة.

ب ـ تحضير سلطة من هذه العشبة :

- وذلك من (جذور) و (أوراق) هذه العشبة بعد: غسلها، فرمها.
- تحضر سلطة منها، مع الحمض، وزيت الزيتون، وشيء من التوابل.
- ويمكن أن يضاف لها بعض قطع من البطاطا المسلوقة والمقطعة.
- أو بعض أنواع أخرى من الخضار الطازجة، والتي تستعمل في السلطة مثل الخس، أو الكبوس.

جـ ـ أكل سيقان طازجة منها :

ويتم ذلك بأن يؤكل من (٥ ـ ١٠) سيقان [طازجة ومغسولة] من هذه العشبة، ويجب مضغها جيداً حتى يسهل هضمها.

د ـ تحضير شراب من هذه العشبة :

- يتم تحضير شراب من أزهار هذه العشبة وذلك من كمية منها (بحيث تملأ اليدين مرتين)، من تلك الأزهار، وتوضع فوق /١/ ليتر من الماء البارد.
- توضع فوق نار هادئة، حتى درجة الغليان، وتترك حتى (تبقبق عدة مرات).
- تطفأ النار، ويترك المزيج حتى يبرد وخلال الليل كله.
- في الصباح تصفى، ثم تؤخذ الزهور المتبقية في المصفاة وتعصر باليدين جيداً، فوق ما تم تصفيته.

• أخيراً : يخلط هذا المنقوع مع /١/ كغ من السكر، مع إضافة ١/٢ ليمونة مغسولة ومقطعة شرائح مع قشرتها، [والمفروض ألا تقشر الليمونة، وإنما تغسل جيداً حتى زوال أي مواد كيماوية عالقة بها كالمبيدات الحشرية مثلاً] ولا يلزم إضافة أكثر من الليمون خشية زيادة الحموضة للشراب.

• يتم وضع الوعاء دون غطاء على نار خفيفة جداً.

• وهكذا فإن السائل يتبخر دون الغليان، وبهذا يحتفظ بأكبر قدر ممكن من المواد الفعالة العلاجية، المستخلصة من أزهار هذه العشبة، وبعد ذلك يترك الشراب لكي يبرد.

اختبار اللزوجة :

• حيث يتم ذلك بواسطة اختبار اللزوجة بملعقة: فإذا أخذنا قليلاً منه بملعقة وأعدنا صبه، وكانت اللزوجة غير كافية: فإننا نعيد وضعه على تلك النار الخفيفة جداً ثم يترك حتى يبرد شريطة ألا تصل اللزوجة إلى حد كبير (سميك).

• لا يجوز إعادة التسخين أكثر من مرتين، لأن السكر فيه سوف يتبلور (يصبح بلورياً زجاجياً)، إذا رغبنا في الاحتفاظ به لمدة طويلة.

• كما يجب ألا يكون عديم اللزوجة، لأنه سوف يتعفن إذا احتفظنا به لمدة طويلة، وهذا الشراب يتم تهيئته بوضع ١/٤ أو ١/٣ كأس منه، والباقي يضاف ماءً ويحرك جيداً وذلك لكي يذوب بالكامل.

❊ ❊ ❊

عشبة لسان الحمل
أو عشبة (آذان الجدي)

الاسم العلمي لهذه العشبة باللاتيني هو :

Plantago Lanceolata[(١)]

تسمى هذه العشبة بعشبة لسان الثور، أو لسان الضفدع، أو عشبة الغابات.

هناك نوعان لهذه العشبة:

- النوع الأول: ذو أوراق رفيعة، واسمها العلمي كما سبق:

Plantago Lanceolata

- النوع الثاني : ذو أوراق عريضة، واسمها العلمي:

Plantago Major

وهذان النوعان لهما التأثير العلاجي ذاته، ويستعملان بنفس الطرق، ولا يختلفان بشيء سوى بأن أوراق الأول : رفيعة

وأوراق الثاني : عريضة.

- هذه العشبة بنوعيها تنتشر في جوانب الطرقات، وفي جميع الحقول والمراعي والمنحدرات، وحواف الطرق والحقول والأخاديد الرطبة، أو غير المحروثة.

- وبشكل عام : فإنها واسعة الانتشار في كثير من الأمكنة.

---

(١) واسمه في معجم النباتات الطبية ـ جبر (٣٦٧) هو (Plantago Lancealata)
وفي التداوي بالأعشاب ـ رويحة (ص٢٧٣) Plantago Lancealata

استخداماتها العلاجية :

** تستعمل هذه العشبة كعلاج للجهاز التنفسي، وخصوصاً في حالات الإفرازات الغزيرة للأغشية المخاطية للجهاز التنفسي.

** وفي حالات السعال الشديد، والسعال التشنجي، والربو، والبحة.

** وفي بعض حالات فقر الدم.

** وكذلك في أمراض الكبد والكلى، وحالات شحوب اللون والجلد والبشرة، وفي بعض حالات الطفح الجلدي والأكزيما، وللأطفال المصابين بسوء التغذية.

ويستعمل من هذه العشبة جميع أجزائها، الساق والأزهار والأوراق والبذور.

طرق الاستعمال حسب الحالات المرضية :

• من أجل معالجة الربو وأمراض الرئة: توصف هذه العشبة بالإضافة إلى عشبة الزعتر البري، أو الزعتر الأخضر.

وتكون الكمية متساوية بينهما، ٢/١ لسان الحمل + ٢/١ زعتر بري.

يحضر شاي أو منقوع ساخن، وهذا المنقوع يفيد في أمراض الكبد والمرارة.

تحضير هذا المنقوع :

يتم تحضير هذا الشاي ـ أو المنقوع الساخن ـ على الشكل الآتي :

أ ـ تغلى كمية /١/ كوب من الماء البارد + شريحة من الليمون دون قشور + ملعقة سكر.

ب ـ يترك المزيج حتى الغليان.

جـ ـ ثم يترك، وتطفأ النار تحته.

د ـ تضاف كمية ملعقة من مزيج العشب [لسان الحمل مع الزعتر]، حتى يختمر ويتم نقعه قليلاً.

هـ ـ يتم تصفيته بعد ذلك.

ملاحظة :

في حالات المرض الشديدة: فإن هذا الشاي يحضر بشكل طازج (٤ ـ ٥) مرات يومياً، حتى لا يجوز تحضير كمية كبيرة مثلاً ١ ليتر.

يحفظ المحضر في زجاجة، ويشرب منه خلال اليوم في الحالات العادية.

في الحالة الشديدة: يتم تحضيره بشكل طازج يومياً، ويشرب ساخناً حاراً، وليس فاتراً أو دافئاً.

معالجة الحصى المرارية :

بذور عشبة لسان الحمل : تعالج بها الحصى في المرارة والكلى وغير ذلك، ويتم ذلك بأكل ملعقة صغيرة من تلك البذور [وزنها حوالي ٨ غ]، + شرب شاي ساخن محضر من هذه العشبة يومياً.

تنقية الدم :

إن الشراب المحضر من هذه العشبة ينقي الدم من الشوائب، ويعالج بعض أمراضه، ويتم ذلك بالشكل التالي:

١ـ قبل كل وجبة طعام، تؤخذ ملعقة كبيرة للكبار.

٢ ـ قبل كل وجبة طعام، تؤخذ ملعقة صغيرة للأطفال.

معالجة الجروح :

إن أوراق هذه العشبة تعالج الجروح، حيث أن :

• الأوراق الطازجة [المغسولة والمفرومة] تعالج التشققات الجلدية، وقرصات النحل والدبابير؛ حيث توضع فوق مكان الإصابة وتفرك بها وتلف عليها بقطعة قماش ـ شاش.

• كما أن أوراق هذه العشبة الطازجة والمغسولة تعالج (الوذمة) حيث يتم فركها بين اليدين، ويضاف إليها شيء من الملح أثناء الفرك وتوضع على المكان المتوذم، بواسطة قطعة قماش.

• أوراق هذه العشبة (الطازجة والمغسولة) تنفع عند وضعها على الأقدام المصابة بفقاقيع أو مسامير قرنية جلدية، والتي تظهر بسبب كثرة المشي.

• وتنفع هذه الأوراق للجروح القديمة، تلك التي لم تندمل، حيث توضع قطعة كبيرة منها أو تفرك باليد وتلف بالشاش على المكان المصاب، ومعاودة ذلك عدة مرات خلال عدة أيام حتى يحصل الشفاء.

• كذلك الأمر بالنسبة لحالات القرحة الدوالية التي تصيب الأرجل، فإن وضع أوراق هذه العشبة عليها يشفيها حتى لو كان المصاب طاعناً في السن.

وإن صاحب القرحة الدوالية إن كان مرضه مصحوباً بتورم قوي فيجب قبيل المعالجة بأوراق هذه العشبة أن يتم غسل الرجل المصابة، وذلك بعمل مغطس :

ـ بمنقوع بارد من عشبة الخبيز.

ـ أو بمنقوع ساخن من عشبة ذيل الفأر.

وبعد ذلك تدهن حواف التقرح أو الجرح بمرهم من عشبة (الآذريون) بشكل خفيف.

ثم توضع أوراق عشبة لسان الحمل فوق القرحة الدوالية.

• من المفيد أيضاً: وضع عشبة لسان الحمل فوق منطقة مصابة بجلطة في الأرجل.

طرق استعمال هذه العشبة :

أ ـ تحضير شاي أو منقوع حار :

• حيث يتم نقع كمية / ملعقة صغيرة ممتلئة/ من هذه العشبة في ١/٤ ليتر من الماء المغلي.

• ثم يترك قليلاً للنقع.

• ثم يصفى الناتج، ويشرب كالشاي.

ب ـ تحضير شاي من خليط عدة أعشاب :

• حيث تنقع كمية / ملعقة صغيرة مليئة : من أوراق عشبة لسان الحمل + عشبة الزعتر البري (أو الزعتر الأخضر) بنسب متساوية (١/٢ ملعقة صغيرة من كل عشبة) في كمية ١/٤ ليتر من الماء المغلي.

• يترك قليلاً منقوعاً، ثم يصفى.

جـ ـ تحضير كمادات من أوراق هذه العشبة :

• تغسل كمية من أوراق هذه العشبة الطازجة.

• ثم تسحق فوق قطعة من الخشب، حتى يتكون مهروس من هذه الأوراق.

• وبعد ذلك توضع على المكان المراد علاجه.

د ـ تحضير شراب [نوع أول]:

• حيث تؤخذ قبضتان مليئتان بأوراق هذه العشبة، ولمرتين، ويجب أن تكون الأوراق مغسولة.

• توضع هذه الكمية في فرامة اللحمة الكهربائية.

• ثم تضاف كمية من الماء + ٣٠٠ غ سكر + ٢٥٠ غ عسل.

• توضع هذه الخلطة فوق نار هادئة، وتحرك باستمرار، حتى يتكون سائل لزج.

• ثم يصب وهو ساخن في زجاجات ويترك ليبرد، ويحفظ بعدها في الثلاجة للاستعمال.

هـ ـ تحضير شراب (نوع ثان) :

• يتم غسل كمية من أوراق هذه العشبة، وتوضع على شكل طبقات وعليها سكر داخل زجاجة (قطرميز).

• تضغط هذه الأوراق، لكي تكون محشورة جيداً.

• وفي الايام التالية يستمر ملء القطرميز بهذه الطبقات من أوراق العشبة المرشوشة بالسكر، حتى يأتي يوم لا يمكن أن يتسع القطرميز لأي شيء.

• ثم بعد ذلك يتم حفر حفرة في الحديقة، بعمق مناسب، حيث يتم إدخال القطرميز فيها ويكون مغلقاً بإحكام وملفوفاً بكامله بثلاث أو أربع طبقات من ورق السلوفان، وفوق القطرميز توضع قطعة خشب وفوقها حجرة مناسبة، ويغطى الجميع بالتراب.

ملاحظة:

يجب بقاء جزء من الحجرة مرئياً، حتى يمكن التعرف على المكان لاستخراج القطرميز.

● نتيجة للحرارة الثابتة داخل التراب: فإن السكر والأوراق يكوّنان شراباً بعد تخمرها.

● بعد حوالي /٣/ شهور يستخرج القطرميز، ويكون ما في داخله من أوراق وسائل متخمراً.

- ثم يوضع المزيج في عصارة فواكه.

- ثم يغلى ويترك حتى يبقبق عدة مرات.

- ثم يطفأ تحته، ثم يوضع بعد ذلك [بعد تبريده قليلاً في الثلاجة] في زجاجات محكمة الإغلاق.

● إذا تعسر الأمر فيمكن تحضير هذا الشراب بطريقة وضع القطرميز تحت أشعة الشمس أو جانب (مدفأة) حتى يتوضع الشراب في قاع القطرميز.

● بعد ذلك يتم تسخين وغليان المزيج عدة مرات.

وهكذا مثلما هو في الطريقة السابقة، لكن الأولى أفضل لأن الحرارة فيها تكون ثابتة.

* * *

عشبة رجل الذئب[(١)]

الاسم العلمي للعشبة باللاتيني : Lycopodium Clavatum

والبعض يسمي هذه العشبة بـ (حزام الريح)، أو (عشبة صليب الارض) = مسيكة = رصن.

● هذه العشبة دائمة الاخضرار، وهي تنبسط زاحفة على ارض الغابات أو سيقانها الزاحفة الطويلة، وبطول /١ ـ ٢/ متراً، ولها جذور صغيرة، رفيعة وناعمة. ومن هذه الجذور والسيقان تنمو عدة سوق أو فروع أو أغصان صغيرة بطول / ٧ – ١٠ / سم وتكون طرية ومتفرعة، ولها أوراق طرية كثيفة.

● عندما يصبح عمر هذه العشبة /٤/ سنوات: فإنها تشكل في الصيف مدقات [أعضاء التأنيث في النبات] صفراء اللون، وهي التي تحوي غبار الطلع.

● غبار طلع هذه العشبة : يستعمل في المعالجة المتجانسة وكذا المداواة، وكذا في الأجزاء المقضومة أو المحفورة، أو التالفة، والمجروحة.

● هذه العشبة تحتوي على عنصر (الراديوم).

● يمكن تمييز هذه العشبة عن بقية الاصناف المشابهة لها بأن :

ـ لهذه العشبة جذوعاً وسيقاناً طويلة، تشبه الحبال.

ـ وغبار الطلع لمدقاتها الصفراء.

---

(١) انظرها في الأعشاب في كتاب (٤٦٢).

● تنمو هـذه العشـبة في حـواف الغابـات، وفي الغابـات المرتفعـة في الشمال، وابتداءً من ارتفاع /٦٠٠/ م عن سطح البحر فما فوق.

● بعد تقليم أشجار الغابات: فإن هـذه العشـبة سـوف تمـوت وتختفـي نهائياً، لأنها ستصبح تحت أشعة الشمس بشكل مباشر.

فوائدها الطبية، والعلاجية :

** في حالات الروماتيزم والتهاب المفاصل، وحتى في حالات ظهـور بعض تغيرات في المفاصل بسبب التهاب مزمن مفصلي: فإن الغسـولات مـع التدليك للمناطق المصابة بمنقوع هذه العشبة يفيد كثيراً.

** كما أن الغسولات بمنقوع هذه العشبة يفيد في حالات البواسير.

تحضير شاي ساخن :

يتم تحضير شاي ساخن وذلك بـ :

● غلي الماء أولاً، ثم بعد إطفاء الموقد تضاف العشبة بكمية مناسبة.

● يحظر وضع العشبة فوق الموقـد والمـاء يغلـي، وإنمـا يوضـع بعـد إطفائه بقليل.

خواص العشبة العلاجية :

● هذه العشبة مسهلة للأمعاء جداً، لذلك ينصح بها اللذين يعانون مـن الإسهال بألا يشربوها إلا بعد شفائهم من الإسهال حتماً.

● للمصابين بحالات الإمساك المـزمن: فإنـه ينصـح هـؤلاء باسـتعمال غسولات بمنقوع هذه العشبة.

• شاي هذه العشبة يفيد في حالات :

ـ أمراض الجهاز البولي

ـ أمراض الأعضاء التناسلية.

ـ معالجة الرمل والحصى في الكلى

ـ التهاب الكبد وأمراضه، والمزمنة أيضاً.

ـ للمرضى الذين هم في فترة نقاهة لإعادة الحيوية والنشاط.

استعمال بخار منقوع هذه العشبة :

• إن استنشاق الأبخرة المتصاعدة في منقوع حار لهذه العشبة [والتي تحضر بواسطة غلي الماء ثم إضافة كمية مناسبة من هذه العشبة، بما يعادل ملعقة صغيرة لكل ١/٤ ليتر ماء، مع تغطية الرأس بمنشفة]، كل هذا مفيداً في حالات (القصور التنفسي الليلي) أثناء النوم.

• كما أن استخدام (مخدة محشوة) من هذه العشبة :

** يعتبر مفيد لمعالجة حالات التشنج العضلي، نتيجة للبرد أو الإرهاق.

** وكذا في حالة تشنج المثانة، والندوب البشعة والمتقلصة.

وتكون هذه العشبة طازجة، مع عمل غسولات بمنقوع العشبة، مع التدليك أو مغطس:

* جزئي أو كامل.

** وقد تستخدم مخدة محشوة بهذه العشبة بوضعها على المكان المصاب ـ كالمثانة والكلى ـ

أو توضع العشبة داخل قطعة من الشاش، وتلف حول المكان المصاب إن كان صغيراً، مثل عضلة الساق أو الركبة، أو الرقبة أو الذراع أو اليد.

** قد تستخدم مخدة من العشبة في حالة ارتفاع ضغط الدم، الناتج عن سبب كلوي؛ حيث توضع فوق منطقة الكلى، ويكون النوم على الظهر، مع وضع المخدة تحت الظهر عند الكلى، عندها ينخفض الضغط بهذا العلاج اليسير.

غبار الطلع لهذه العشبة :

- من فوائد غبار طلع هذه العشبة: إزالة الخشكرة (الندوب الجلدية) حيث تموت خلايا جلدية في منطقة ما، وربما بعمق كبير قد تصل إلى العضلات، وقد لا تندمل وتسبب آلاماً، تظهر كثيراً لدى المصابين بالشلل، حيث يضطرون للاستلقاء على ظهورهم غالب الوقت، فتظهر هناك خشكرة (ندب وحفر)؛ ففي مثل هذه الحالة من المفيد وضع غبار طلع عشبة رجل الذئب هذه على المنطقة المصابة؛ حيث يفرش فوقها على شكل طبقة رقيقة، ثم تغطى بقطعة شاش.
- تستمر هذه العملية يوماً أو يومين، وتسبق بغسل المكان بالسيروم الملحي المعقم ثم مسحه بشاش مبللة بالسيروم الملحي، لإزالة ما علق في هذه المنطقة.
- تتكرر العملية حتى اندمال الندبات، بسبب احتواء العشبة على عنصر (الراديوم).

طرق استعمال هذه العشبة :

أ ـ تحضير شاي أو منقوع ساخن :

- حيث تنقع كمية (ملعقة صغيرة ممسوحة) من العشبة، في ١/٤ ليتر ماء مغلي، ثم يترك المنقوع، ثم يصفى.

• يتم شرب هذا المنقوع بمقدار كوب واحد في اليوم صباحاً، والمعدة فارغة قبل الفطور بنصف ساعة، ويشرب على رشفات، هذا في حالة الالتهابات غير المزمنة.

• وفي الالتهابات المزمنة : مثل التهاب الكبد المزمن؛ يمكن شرب كوبين في اليوم.

ب ـ تحضير مخدة محشوة :

وهنا تستعمل العشبة وهي مجففة وبحسب حجم المنطقة المصابة، حيث تؤخذ كمية = ١٠٠ غ أو ٢٠٠ غ وتحشى بها المخدة المحضرة لذلك، ثم توضع المخدة ليلاً عند النوم على المنطقة المصابة.

ملاحظة :

تحتفظ هذه المخدة بفاعليتها العلاجية مدة تصل إلى (٦ ـ ١٢) شهراً.

* * *

عشبة اللفت الابيض ـ أو لفت النهر[١]

الاسم العلمي لهذه العشبة باللاتيني هو / Tussilago Farfara /

هذه العشبة أسماؤها غير معروفة لدينا في البلاد العربية، ومن جملة أسمائها :

* درقة الدجاجة * عشبة لسان الجارة

<u>نمــوهـا :</u>

- هي من أول الأعشاب نباتاً في بداية الربيع، بلون أصفر.
- تنمو هذه العشبة في الأرض الرطبة والمنحدرات المكشوفة، والأراضي الحجرية، والخربة، حيث تظهر في بقع كاملة، وتظهر في الأراضي الطينية وذات الوحل.
- أول ما يظهر من العشبة (الزهور)؛ حيث يأتيها النحل والفراشات للتغذية أوائل الربيع.

<u>الفوائد العلاجية :</u>

- <u>(زهور)</u> : هذه العشبة لها تأثير علاجي مقشع، ومضاد للالتهاب.
- الشاي المحضر من هذه العشبة : يستعمل لعلاج التهاب القصبات الهوائية، والحنجرة والبلعوم والربو والتهاب الغشاء المحيط بالرئة.

---

(١) في معجم النباتات الطبية (٢٩٧)، سميت بـ (فرفرة = دوست الحمار) تستعمل كمهدئ ومضاد للأكزيما وللآلام العصبية وكمطهر للجلد، ولمعالجة حالات التهاب الرئتين، وهي تحتوي على حوامض وزيوت، وتستعمل كمادات للأكزيما.

● شرب شاي عدة مرات في اليوم : يستعمل في حالات السعال الشديد، البحة، ويكون الشاي محلى بالعسل.

● في شهر أيار تظهر الأوراق وهي ذات زغب، ولون أخضر في الأعلى، أما في الأسفل فيكون لونها أبيض فضياً.

● تستخدم أوراق هذه العشبة في :

ـ السلطة الخضراء.

ـ شوربة الخضار.

وذلك بسبب احتوائها على فيتامين (C) .

** أوراق هذه النبتة ذات خواص علاجية فعالة أكثر من أزهار هذه العشبة، لذا فإنه يتم جني الزهور، وبعد ذلك الأوراق [الزهور والأوراق في هذه الحالة تجفف]، كما يمكن استعمالها طازجة.

● الشاي الناتج : يمكن تحضيره من الزهور والأوراق، أو من الزهور فقط.

طرق استعمال العشبة في العلاج :

يتم تحضير أوراق هذه العشبة شريطة أن تكون طازجة ومغسولة ومسحوقة ومهروسة، حيث توضع داخل (شاشة)، أو على شكل (كمادة) فوق المكان المصاب.

● فمثلاً يمكن وضعها على الصدر لمعالجة أمراض الصدر والرئتين.

● أو توضع على مكان متورم [متوزم] [ويكون ذا لون أزرق غامق بسبب ضربة أو صدمة].

• وقد توضع على المفصل في الركبة أو اليد أو الكوع، إذا حصل هناك :

* التواء.

* أو التهاب السائل المصلي فيها.

• كما يمكن استعمال (كمادات غير مهروسة)، مغطسة ومبللة بمنقوع حار، وذلك في حالات (التهاب الجلد التقرحي).

• لمعالجة التهاب القصبات المزمن : حيث يمكن استنشاق الأبخرة المتصاعدة من منقوع حار للاوراق أو الأزهار أو من خليطهما، ويستعمل بمعدل (٢ ـ ٣) مرات يومياً، ويكون تاثيره في علاج عسر التنفس، والقصور الاختناقي، وكذا التهاب القصبات المزمن.

• لمعالجة الاقدام المتورمة والمتنفخة: حيث يفيدها عمل مغطس جزئي للقدمين لعدة أيام، وفي مياه ساخنة، مضافاً إليها منقوع أوراق هذه العشبة.

تحضير شراب من أوراق عشبة اللفت :

ويتم ذلك بمراحل أهمها :

• توضع أولاً أوراق هذه العشبة ـ طبقة منها ـ في قطرميز زجاجي صغير.

• يرش فوقها طبقة من السكر.

• تكرر العملية حتى يمتلي القطرميز، ثم يترك حتى تتوضع وتتكدس الأوراق، وهكذا، حتى لا يبقى في الوعاء متسع لوضع أي شيء.

• يغلق القطرميز بإحكام، ثم يلف بعدة طبقات من السلوفان (٣ ـ ٤) طبقات.

• يوضع في حفرة في الحديقة، بعمق مناسب، وتوضع قطعة خشب فوق القطرميز، ويتم وضع ثقل مناسب من حجر، ثم يغطى الجميع بالتراب.

• يبقى من الجزء المحفور جزء متميز، يمكن التعرف منه على مكان القطرميز لاستخراجه.

ملاحظة :

بسبب الحرارة الثابتة، والتصاق الأوراق بالسكر: يتكون من ذلك شراب [بعد شهرين] حيث يمكن بعدها استخراج القطرميز من الحفرة.

• يؤخذ ما في القطرميز (مصفى) ويترك على النار حتى (يبقبق مرتين أو ثلاثاً) ويتم الغلي حتى الفوران وظهور الفقاقيع.

• ثم يؤخذ بعيداً عن النار ليبرد، ثم تعاود الكرة مرتين أو أكثر، ثم يبرد.

• بعدها يصب في زجاجات صغيرة ذات فوهة كبيرة.

هذا الشراب يمكن استعماله كمؤونة في الشتاء للعلاج في الحالات التالية:

* الزكام

* الانفلونزا

* الآفات المزمنة للقصبات الهوائية، وخاصة للذين يعملون في أجواء مليئة بالغبار والدخان.

* الربو.

العــلاج :

وذلك بأن تؤخذ (٢ ـ ٣) ملاعق صغيرة من هذا الشراب (بعـد عصـره) مضافاً إليه كوب من الشاي أو الحليب الساخن.

تحضير مرهم من هذه العشبة :

يمكن تحضير مرهم من الأوراق الطازجة لهذه العشبة حيث :

- تسحق الأوراق وتهرس، وتخلط مع (الفازلين).
- توضع على المكان المصاب [إصابات الالتهاب الوريدي، وخصوصاً في الساقين].
- الالتهاب التجلطي منه.
- يلف المكان بالشاش، دونما ضغط [بالوضع الطبيعي].

تحضير شاي :

- يمكن تحضير شاي من خلطة [مزيج] من عدة أعشاب حيـث تخلـط أزهار وأوراق عشبة اللفت الأبيض أو لفت النهر + أوراق عشبة لسان الحمـل [أو آذان الجدي] وبنسب متساوية (١/٣ أزهار عشبة اللفـت الأبـيض + ١/٣ أوراق عشبة اللفت الأبيض، + ١/٣ أوراق عشبة لسان الحمل).
- من هـذا الخلـيط تؤخـذ كميـة ملعقـتين مليئـتين، + ١/٤ ليتـر مـن الماء المغلي.
- يترك قليلاً للنقع، ثم يصفى.
- يشرب يومياً /٣/ أكواب من هذا الشاي الساخن، حيث يضاف إليـه قليلاً من العسل، ويشرب على شكل رشفات صغيرة.

• فائدة هذا الشاي : في علاج حالات السعال الشديد، أو البحة الشديدة.

طرق استعمال هذه العشبة :

أ ـ تحضير شاي أو منقوع :

• حيث تنقع كمية /١/ ملعقة صغيرة بأزهار هذه العشبة + ١/٤ ليتر ماء مغلي، يترك قليلاً، ثم يصفى.

• يمكن استعمال أزهار وأوراق من هذه العشبة، مناصفة أي ١/٢ ملعقة من كل نوع.

ب ـ تحضير كمادات من هذه العشبة :

حيث تؤخذ أوراق هذه العشبة وتهرس وتسحق بين قطعتين خشبيتين، ثم يوضع هذا المهروس في قطعة قماش ويلف حول المكان المصاب.

جـ ـ تحضير أبخرة استنشاق من هذه العشبة :

• تؤخذ كمية ملعقة واحدة كبيرة مليئة من (أزهار) و (أوراق) هذه العشبة مناصفة.

• ثم توضع في ١/٢ ليتر من الماء المغلي، قبل غليانه بقليل، ثم تطفأ النار تحته.

• يغطى الوعاء الذي فيه هذا المغلي حتى يبرد قليلاً، وذلك كي يحتفظ بأبخرته، ولا يتسبب في حروق للوجه أو الجلد عند التعرض للأبخرة مباشرةً.

• ثم يفتح الغطاء، وبعد تغطية الرأس بمنشفة يتم الاستنشاق من الأبخرة المتصاعدة وتكرر هذه العملية (٢ ـ ٣) مرات يومياً، ولعدة أيام.

د ـ تحضير غسولات [أو مغاطس جزئية] من هذه العشبة :

• حيث يتم غلي كمية من أوراق هذه العشبة [بحيث تكون كمية الأعشاب تملأ اليدين معاً]، مع كمية مناسبة من الماء، وبحيث يكون الماء مساوياً لـ (٢ ـ ٣) ليترات، للغسولات.

** ويكون الماء مساوياً لـ (٤ ـ ٥) ليترات للمغاطس الجزئية

• يترك الناتج المحضر ليبرد قليلاً [إلا أنه يبقى ساخناً إلى حد يحتمل الجسم سخونته]، ثم يغسل الجزء المراد علاجه مع التدليك.

• أو يوضع الجزء المراد علاجه [كالقدمين مثلاً] داخل مغطس جزئي، في وعاء مناسب، ولمدة /٢٠/ دقيقة.

هـ ـ تحضير عصير طازج من هذه العشبة [اللفت الأبيض ـ لفت النهر] :

يتم ذلك من الأوراق الطازجة، وذلك بعد غسلها وبواسطة العصارة الكهربائية.

* * *

الـــذرة [1]

Zea Mays

من خواص الذرة الطبية :

في وقت الإزهار، وفي الغلاف الطويل والحاد لأوراقها: تتـدلى خيـوط هذه النبتة، [وتلك الخيوط لها أكبر الأثر مقدرة علاجية]، وتمتد فترة الإزهار من حزيران ـ آب، فيجب قطع خيوط الذرة قبيل فترة التلقيح [أو التـأبير]، ثم تجفف تلك الشعيرات بسرعة في الظل فقط.

الشاي المحضر من خيوط الذرة :

الشاي المحضر من خيوط [شعيرات] عرانيس الذرة له تأثير فعال في :

- إدرار البول.
- لتخفيف الوزن ـ دون أي تأثيرات جانبية.

مـلاحظـــة :

● إذا تم تخزين خيوط الذرة وهي لم تجف بشكل جيد [حيث يبقى فيهـا بعض الرطوبة]، عندها تفقد تأثيرها كمدر للبـول، ويبقـى اسـتعمالها كملـين

---

(١) قيل إن اسمها (ZEA MAIS)، نسبة للاستاذ النباتي الكولومبي والذي تولى إدارة حديقة نباتية في مدريد، وهذا منقول من قاموس الغذاء (٢٣٥).
وهي نبات عشبي ـ يشبه القصب، من فصيلة القمح، ثماره علـى شـكل (عرنـوس) وله بذور تعتبر غذاءً عالمياً، وتسى (ذرة صفراء)، ويسميه الأمريكيون (كورن).
والجزء المستعمل منها طبياً : الأشعار، الزيت، ودقيق الذرة.
انظر قاموس الغذاء (٢٣٥)، الطب الشعبي (١١٣).

طبيعي للأمعاء، ويتم ذلك عند جنيها وتخزينها وهي رطبة بعض الشيء، وتخزن فترة طويلة، ويحضر منها شاي، يعمل كمسهل وملين جيد للأمعاء، ينفع في حالات الإمساك المزمن، وخصوصاً لدى النساء.

● الشاي المحضر من الشعيرات الجافة تماماً : يستعمل كمدر للبول، وكعامل مهم في تخفيف الوزن [البدانة]، كما يعمل كمؤثر علاجي في حالات أمراض الأقنية [المسالك البولية والحوالب]، والمثانة، ويعالج كذلك حصيات المثانة والرمل، وكذا حالات الاستسقاء العام والتهاب الكلى والروماتيزم وسلس البول لدى الأطفال والشيوخ [الطاعنين في السن].

● كما تعالج بها حالات المغص الكلوي، [يتم أخذ ملعقة شاي كل ٢ ـ ٣ ساعات، وربما يستمر العلاج فترة طويلة.

طرق استعمال خيوط الذرة :

● يتم تحضير شاي ـ أو منقوع حار من هذه النبتة ـ حيث يتم نقع كمية ملعقة صغيرة من تلك الخيوط ـ مجففة مفروكة، مسحوقة باليد بعد جفافها التام، فتصبح كالشاي الأسود حيث يضاف / ١/ ملعقة إلى ١/٤ ليتر ماء مغلي ثم يترك قليلاً.

● ثم يصفى، دون سكر مطلقاً ولا عسل، ولا أي شيء آخر. هكذا يشرب منقوعه للعلاج والتداوي.

* * *

عشبة شعر المـرأة

Epilobium Parviflorum

هذه العشبة غير معروفة عندنا في البلاد العربية ـ وفق الترجمـة الحرفيـة لتسميتها ـ ولها أنواع مختلفة وكثيرة، ولها تـأثير علاجـي متميـز، ومـن أهـم أنواعها ـ [وفق التسمية اللاتينية] :

Epilobium Roseum
Epilobium parviflorum
Epilobium Montanum
Epilobium Obscurum
Epilobium Lanceolatum
Epilobium Collinum
Epilobium Palustre
Epilobium Fleischeri
Epilobium Anagallidifolium

جميع هذه الأنواع يمكن التعرف عليها من زهورها ذات السمات التالية:

* صغر الحجم، اللون الزهري، اللون الشاحب، أو الأبيض.

هذه الأزهار تقف كالمسامير مغروسة في غلاف الثمرة، وهـذه الأزهـار متطاولة ورفيعة.

أما بـذورهــا :

فإنها تتطاير مجرد الاصطدام، وتكون مشابهة للقطن (شعيرات بيضاء)، لذا سميت بـ (عشبة شعر المرأة).

من خواص هذه العشبة :

- لها تأثير علاجي فعال في علاج التهابات البروستات ـ الحاد والمزمن.
- يتم ذلك بشرب شاي محضر من هذه العشبة، وكذا عشبة القريص [ولو أنها أقل تأثيراً]، ومن فوائد هذه العشبة [بهذه الشاي] أنه يتم بها منع الورم البروستاني.

ملاحظة :

يجب جني كل أجزاء هذه العشبة [الساق والأوراق والأزهار] وقطعها من منتصفها، وتكون طازجة، ويتم تقطيعها بقطع صغيرة، ثم يحضر منها الشاي ـ طازجة، أو جافة.

- يجب ألا يتجاوز المريض في شرب الشاي الكمية المحددة (٢ كوب يومياً).
- يتم شرب كوب واحد صباحاً ـ والمعدة فارغة ـ وكذا مساءً [قبيل النوم].

ملاحظة :

يجب مراجعة الطبيب المختص والقيام بالفحوصات الطبية ـ حتى ولو تم الشفاء ـ لأن اختفاء بعض الأعراض لا يعني الشفاء التام الكامل.

أنواع مهمة للعشبة :

- هناك نوعان مهمام للعشبة: وليس لهما تأثير علاجي، لذا لا يمكن الاستفادة منهما، وهما:

Epilobium Hirsutum
Epilobium Angustifolium

وهاتان العشبتان لهما أضرار، وليس فيهما أية فائدة علاجية، فالحذر منهما واجب.

- النوع Epilobium Hirsutum يتميز بـ :

ـ حجم هذه الأنواع بحجم ظفر الإصبع الكبيرة.

ـ لونها أرجواني، وتتواجد في كثير من الاراضي الرطبة، [مياه قليلة العمق].

ـ ساقها وأوراقها مغطاة قليلاً بشعر ـ وبر ـ في الجزء السفلي من العشبة، وهذا الوبر ذو ملمس لحمي، وأزهارها أكبر بخمسة أضعاف من أزهار الأنواع الأخرى لهذه العشبة،

وكذا فإن ساقها أطول بشكل واضح.

- النوع Epilobium Angustfolium

ـ طول هذا النوع حوالي ١٥٠سم، ويكثر نموه في الأماكن الخالية، داخل الغابات، وجوانب

الآجام، وشجيرات التوت.

ـ تتوضع على شكل عناقيد طويلة، وبشكل هرمي.

ـ وأزهارها تتألق في فترة الإزهار؛ مشكلة بضعة سطوح حمراء اللون كالجمر.

ميزات شاي عشبة شعر المرأة :

- لها تأثير علاجي لالتهاب البروستات، وأمراض المثانة، والكلى.
- ولها فوائد في حالات وأمراض ما بعد العمليات الجراحية، [للبروستات أو المثانة]، حيث تعمل تلك الشاي على تخفيف الآلام بعد تلك العمليات.

• تسهل عملية التبول، وتخفف الإحساس بالحرقة عند التبول.

• لهذه العشبة خاصية: حيث يتم تقطيعها بعد جنيها، أما إذا قطعت من منتصفها فإنها تنمو من جديد، ويتشكل لها فروع جانبية، والتي تصبح فيما بعد شجيرات بديلة، تنمو وتزهر.

• تنمو تلك العشبة في الحدائق والبساتين المروعة بالفريز والخضروات والشجيرات التزيينية.

• يتم اقتلاع تلك العشبة في الحقول، حيث يعتبرها الفلاحون ضارة، ويلقونها كأنها نفايات، ولا يعلمون أنه يمكن استخدامها كعلاج عشبي طبي مهم، طازجة أو مجففة.

طرق استخدام هذه العشبة :

• يتم تحضير شاي ـ أو منقوع ساخن ـ من هذه العشبة؛ حيث تنقع كمية (١) ملعقة صغيرة مليئة، ويتم شرب /٢/ كوب يومياً، بعد النقع والتصفية.

• يشرب شاي منها بمقدار ٢ كوب ـ [١ صباحاً، وآخر مساءً] قبيل الفطور واحدة ومساءً قبيل العشاء بـ ١/٢ ساعة كوب آخر. [والمعدة فارغة ـ على الريق].

* * *

عشبة التالولة

وتسمى عشبة الخطاطيف [1] = الطحالب المقدسة = ممران = عروق صفر.

وتسمى : حنطة برية **Chelidonium majus**

خواصها ونموها :

- تنمو هذه العشبة بشكل متشعب، وربما وصل طولها إلى (٣٠ ـ ٨٠ سم)، تزهر ابتداءً من شهر أيار وتمتد خلال فترة الصيف، حتى بداية الخريف.
- أوراق هذه العشبة: مسننة وتشبه أوراق شجر السنديان أو البلوط.
- ينبثق من هذه العشبة مادة سائلة (صمغية) بلون أصفر برتقالي، ولزج جداً.
- يكثر نموها بجانب الأسوار والحدائق والغابات [وفي الاراضي الرطبة، غير المشمسة] أوراقها خضراء، أزهارها صفراء ذهبية.

---

(١) انظر : معجم النباتات (٢٣٩).

وهي نبتة عشبية معمرة، تحتوي على معادن وأنزيم وقلويات، وهي من فصيلة الخشخاشيات.

خواصها: مفرزة للصفراء، مخدرة، للتآليل، للكبد والهضم، وللتشنج، وآلام البطن.

ملاحظة: النبات سام، لذا يجب الحذر منه، إلا في حالات الضرورة القصوى، وله فائدة لضغط الدم والصفراء.

انظر ألف باء العلاج بالأعشاب (١١١).

• رغم حر الصيف فإن هذه البتة تتواجد في الأطراف الجنوبية للغابات، رغم الجفاف.

• ينبثق من جذمور وساق هذه النبتة سائل لزج أصفر ـ برتقالي ـ.

• في الشتاء يقل تواجدها وفي بعض الأماكن فقط.

الخواص العلاجية :

• تنقية الدم، حيث تشكل الدم وتقوم بتكوينه ولهذه الخواص فوائد في حالة (اللوكيميا) = سرطان الدم، وذلك لإطالة فترة حياة المصابين بهذا المرض، بالإضافة إلى العلاج الكيميائي.

• ومما ينفع كذلك: شرب منقوع بارد [مؤلف من خليط عشبي من التالولة والقريص]، مع فروع من عشبة أو شجرة البيلسان [الخمّان].

• يتم تسخين المنقوع قليلاً، ومدة النقع (١ ـ ٢) ساعة، والمنقوع البارد لسرطان الدم، يحضر من عشبة = ملعقة صغيرة لكل ١/٤ ليتر ماء بارد.

• الشاي المحضر من عشبة التالولة، له تأثير علاجي جيد في حالات أمراض الكبد، وحتى الأمراض الخطيرة منها [كالتهاب الكبد المزمن، وتشمع الكبد].

• لهذه الشاي فائدة في أمراض المرارة والكلى، ومعالجة اليرقان.

• كما أن لها تأثيراً فعالاً في عملية الاستقلاب.

• في تلك الحالات، يجب شرب (٢ ـ ٣) أكواب يومياً على شكل رشفات خلال اليوم، ويكون المنقوع أولاً بارداً، ثم يتم تصفيته، ثم يسخن ـ قليلاً ـ قبيل شربه.

- كما يمكن بهذا المنقوع عمل غسولات في حالات البواسير، أو الثقوب الجلدية، أو حرقة البول وكذا في حالات التهاب العين والجفون.

ملاحظة :

في حالة غسل العينين: يتم ذلك وهما مغلقتان، ولا يجوز فتحهما أثناء الغسل، خشية أن يتم التلامس مع كرة العين مباشرة.

تفيد الغسولات في حالات وجود بقع شحمية في العين، عندها يمكن أن تختفي أو تضمر.

تحضير قطرات من العشبة :

يمكن تحضير قطرات ـ أو نقاط ـ من عصارة عشبة التالولة، حيث تؤخذ وهي طازجة، ويتم جمع العشبة مع سوقها، وتغسل، ثم تهرس بين الأصابع وهي مبللة ورطبة، ثم تعصر لاستخراج العصارة اللزجة، ثم توضع بواسطة قطن فوق المكان المراد معالجته.

معالجة المسامير اللحمية

وكذلك لمعالجة التالولات، أو الأكزيما: يمكن استخدام نقاط من العشبة، وكذا أمراض العين وذلك بواسطة قطنة مبللة بهذه العصارة، حيث تغسل الأوراق والسوق، ثم تعصر بواسطة العصارة الكهربائية، وهذا العصير يصلح استخدامه مدة /٦/ اشهر، حيث يحفظ ضمن زجاجات وفي الثلاجة.

معالجة شعر الوجه غير المرغوب فيه :

ويتم ذلك باستعمال العصير على الوجه [فوق الشفة والذقن، وأماكن الأذنين، وخلف الخدين والفك السفلي] وكذلك على الذراعين والساقين ـ لدى السيدات.

في هذه الحالة: يتم الدهن مكان الشعر، مدة ٢ ـ ٣ ساعات، ثم تغسل بالماء الفاتر، والصابون المطري للجلد.

ثم تدهن بمرهم محضر من عشبة (الآذريون)، أو (زيت البابونج) أو (زيت الخشخاش).

• كما يمكن علاج اضطرابات الكلى، إذا تسبب بنمو غزير للشعر، ويمكن أن يكون مفيداً : زيادة وإضافة عشبة القريص (٣ ـ ٤ أكواب يومياً ـ مدة ١٠ ايام)، وبعده يحسن أداء الكلى مع استشارة طبيب مختص بذلك.

• وكذا يمكن عمل مغطس جزئي [مقعدي] بحيث يغطي منطقة الكلى، ويكون من عشبة [ذيل الحصان].

• عموماً : شاي أو منقوع العشبة البارد أو الغسولات من عشبة التالولة: يحضر منها وهي جافة أو طازجة أما القطرات والعصير فمن العشبة الطازجة فقط.

طرق استعمال العشبة :

أ ـ تحضير منقوع منها [١ ملعقة + ١/٤ ليتر ماء بارد]، ويترك ساعتين، ثم يتم تصفيته ومن ثم يسخن، لكن لا يجوز غليه لأن الغليان يفسده تماماً.

ب ـ يتم تحضير عصير طازج من هذه العشبة : حيث يتم جنيها [الأوراق والسوق والأزهار وهي طازجة، ثم تغسل وتعصر وهي رطبة، وذلك بواسطة عصارة كهربائية.

* * *

عشبة المريمية(١)

تسمى العشبة : **Salvia Officinalis**

مريمية الحدائق = ناعمة مخزنية = قوية = قويسة = قصعين = أسفاقس [جنس من فصيلة الشفويات]

تنتمي هذه العشبة إلى عائلة الأعشاب ذوات الشفاه [لها شكل يشبه الشفاه]، وهي تنمو جنوب القارة الأوروبية، ويمكن زراعتها في الحدائق.

شكلها ومواصفاتها :

- طولها (٣٠ ـ ٧٠) سم، أزهارها بنفسجية، تتوضع بشكل حلقي حول محور مشترك.
- أوراقها بيضاء متعاقبة، ذات لمعان فضي، عطرية الرائحة، مرّة الطعم.

ملاحظة :

يجب حماية النبتة من البرد عند زراعتها في الحدائق، ويمكن حمايتها بتغطيتها بفروع بعض الاشجار، أو بواسطة غطاء بلاستيكي (نايلون) على أن تكون فيه بعض الثقوب وذلك لتهوية العشبة وتنفسها.

هذه العشبة حساسة جداً من جهة الصقيع.

---

(١) انظر التداوي بالأعشاب (٢٨٧)، لكل داء دواء (١٣٠).
ألف باء العلاج بالأعشاب (١٦٦).
يحتوي هذا النبات على حمض، وفيتامين C وصابونين، ومواد خاصة.
وينفع لمرضى السكري والحيض والعجز الجنسي، والحرارة والإسهال، وكمنشط عام، وللعقم ولمنع تساقط الشعر، ولسع الحشرات، والرياح، والبدانة والروماتيزم.

نوع آخر من المريمية : عشبة ذيل البقر Salvia Pratensis

وتسمى (عشبة المريمية البرية)، أو (عشبة مريمية الحقول).

هذا النوع ينمو في المنحدرات والمراعي والحقول، وتبدو من بعيد أزهارها متلألئة بلون أزرق بنفسجي وينبعث منها عطر شذي.

• فوائدها: شاي هذه العشبة لتلطيف رائحة الفم ـ غرغرة.

• الخل المستخرج من هذه النبتة : ينفع في حالات المرض الطويلة، حيث يتم مسح جسم المريض وهو في السرير، ويتم تحضير هذا الخل بأخذ كمية (قبضة من الأزهار + خل طبيعي – التفاح مثلاً ـ).

• أوراق هذه النبتة : ينتج منها زيوت طيارة، حيث يتم ذلك بعد جني الورق قبيل فترة الإزهار في أيار وحزيران، وتحت أشعة شمس الظهيرة.

• كما يمكن الحصول على زيوت تلك الأوراق صناعياً، بعد عصرها بآلات خاصة.

• كما يمكن تجفيف الأوراق في الظل ـ مثل ورق الملوخية ـ ومن ثم استعمالها على شكل مغطس.

نوع آخر من نبتة المريمية[١] : Salvia Officinalis

وهذا النوع أفضل من السابق، وتسمى (قويسة مخزنية) = جعدة [نبتة برية معمرة، تحتوي على زيوت، صابونين، راتنج، أحماض، أملاح، فيتامينات، استروجين][٢]

---

(١) انظر: التداوي بالأعشاب (٢٨٧).

(٢) انظر التفاصيل في معجم النباتات (٣٣١).

ومن خواص هذه النبتة أنها هاضمة، خافضة للسكر، مدرة للطمث، تنفع في حالات الربو، تطرد الغازات، تنقي الدم، خافضة للحرارة.

الخواص العلاجية للعشبة :

• الشاي المحضر من هذه النبتة : تنفع في حالات السكتة الدماغية، أو القلبية، وتقوي الجسم.

• وله تأثير وفائدة في حالات الشلل، حيث يقوي العضلات، ويخفف من نسبة ضمورها.

• ينفع في حالات التعرق الليلي الغزير [في حالات السل الرئوي مثلاً].

• توقف استمرار هزال الجسم، والناتج عن التعرق الليلي، خاصة مع استعمال عشبة الخزامى مع المريمية، فهما عشبتان طبيتان مهمتان في علاج هذا المرض.

• تنفع شاي هذه العشبة لمعالجة التشنج، وأمراض النخاع الشوكي، واضطرابات الغدد وارتجاف الذراع والساقين والرأس.

وفي هذه الحالات يجب شرب (٢) كوب يومياً على شكل رشفات.

• كما تنفع الشاي هذه الكبد، ومعالجة اضطرابات نشاط الكبد، ونفخة الأمعاء الغليظة، والغازات. كما أن لها تأثيراً في إبعاد الإفرازات المخاطية الغزيرة في جهازي التنفس والهضم، وعلى فتح الشهية، ومعالجة حالات الإسهال الحاد، واضطرابات الأمعاء الغليظة، والتهاب الحنجرة، كما يمكن استعمال هذا الشاي على شكل غرغرة في حالات التهاب الحنجرة واللوزات والبلعوم واللسان والغشاء المخاطي للتجويف الفموي، ولتقوية اللثة واللسان.

• كما يمكن وضع هذا الشاي أو المنقوع مباشرة على المكان الملتهب من اللسان أو الغشاء المخاطي الفموي وذلك بمسح مكان الالتهاب [كالقلاع أو عض اللسان أو الخد من الداخل] وذلك بقطنة مبللة بهذا الشاي أو المنقوع.

• المضمضة بهذا الشاي: ينفع في حالات رائحة الفم والبلعوم، وفي تعقيم أغشية الفم المخاطية، وبعد العمليات الجراحية الفموية [نزيف اللثة].

• المغطس الجزئي أو الكلي من هذه النبتة : ينفع في حالات ضعف الأعصاب، وللسيدات اللواتي يعانين من آلام وعلل في منطقة الحوض.

• كما أن الرائحة الطيبة لهذه العشبة تنفع في فتح الشهية، وفي الأطعمة؛ حيث تقطع وتفرم بشكل ناعم كالزعتر الاخضر، وترش على الأطعمة واللحوم خاصة، لتحسين وفتح الشهية.

• لمعالجة قرص الحشرات ـ كالنحل والزنابير ـ وذلك بوضع ورقة من هذه العشبة بتقطيعها ووضعها على أمكنة الألم.

• [ويتم عمل حمامات مقعدية لمعالجة آلام الشرج، والحكة حول الأعضاء التناسلية].

• [كما أن شرب مستحلب هذه العشبة ينفع في معالجة العقم، وتقوية الذاكرة، وتخفيف البدانة والبول السكري وآلام الزكام والنزلات الشعبية].

طرق استعمال هذه العشبة :

• تحضير شاي أو منقوع من هذه العشبة؛ ملعقة صغيرة، تنقع في ٤/١ ليتر ماء مغلي ثم التصفية.

• خل هذه العشبة، حيث تملأ زجاجة تماماً + خل طبيعي، ثم ترك الزجاجة /١٤/ يوماً في الشمس أو في جو دافئ مع إغلاق الزجاجة تماماً.

حمام أو مغطس جزئي، حفنة من العشبة تترك ليلاً في /٤/ ليترات منقوعة، وفي اليوم التالي يتم تسخين [غليان] منقوع الأوراق، ثم التصفية، ثم إضافتها إلى ماء المغطس.

❊ ❊ ❊

عشبة الطحال

aurea ـ Solidago Virga

وتسمى [(١)] = قضيب الذهب = السوط الذهبي وعشبة الزهرة.

هذه العشبة غير معروفة في البلاد العربية، ومنهم من يسميها : عشبة الزهرة، أو ذات السوط الذهبي.

● تتواجد هذه العشبة في حواف الغابات، والأخاديد ذات المياه الآسنة، والمنحدرات، وقرب الغابات. ساق العشبة كثيف، زهرها أصفر ذهبي، طول الساق ٨٠ سم، تزهر في تشرين الأول.

الخواص العلاجية للعشبة :

● تستعمل في علاج أمراض الأمعاء والنزف المعوي، والكلى.

● أزهار وأوراق هذه العشبة تعطي شعوراً بالانتعاش والبرودة، حيث تساعد على فقدان الماء... لذا فهي ذات فائدة للكلى والمثانة لإدرارها البول، وغسلها الكلى وتنظيفها خاصة إن تم عمل خليط عشبي (بنسب متساوية من عشبة طحال الغابة والعشبة اللصاقة وتويجة الملكة والقريص) يتم تحضير شاي من المزيج، ثم يشرب (٣ ـ ٤) أكواب يومياً، على شكل رشفات (١٤ يوماً). عندها يتم تنظيف الكلى والمثانة والمسالك البولية والتهاباتها.

---

(١) نبات معمر، زهره صمغي أصفر، مفتت للحصيات، والبثور والقلاع..
انظر : معجم النباتات (٣٢٣-٣٢٤)

• لهذه العشبة تـأثير في حـالات تصـلب الكلـى، وأوعيتـها الدمويـة، لزيادتها دورة الدم وفي حال الكلى الصناعية.

• تعمل هذه العشبة على تهدئة الحالات النفسية والعصبية والانفعاليـة، لذا يجب تناول الشاي منها من حين لآخر...

استعمالات العشبة :

أ ـ شاي محضر منها: حيث يتم نقع كمية ملعقة صـغيرة ضـمن ¼ ليتـر ماء مغلي، ثم يترك قليلاً وبعدها يُصفى ويُشرب.

ب ـ شاي محضر من خليط (عشبة الطحال هـذه + العشـبة اللصـاقة أو تويجـة الملكـة) + (عشـبة القـريص) تخلـط هـذه الأعشـاب الـثلاث بنسـب متساوية، ثم تنقع كمية من المزيج (ملعقة مضافة إلى ¾ ليتر مـاء مغلـي)، ثم تُترك لتنحل، ثم تُصفى وتُشرب شاياً.

❋ ❋ ❋

العشبة الخشخاشة

اسم العشبة اللاتيني : **Hypericum Perforatum**

وتسمى [(١)] : حشيشة القلب = دازي رومي، = هيبوفاريقون،
هذه العشبة غير معروفة في البلاد العربية، ومن مسمياتها :

- عشبة عظم الأرنب، أو عشبة الحصبة، أو ذات الحصبة.
- أو عشبة (جنجل)، أو حشيشة دينار الأرض.

أماكن تواجدها :

تتواجد على جوانب الطرق وحول الغابات والتلال والحقول، وهذه العشبة تزهر من تموز وحتى أيلول

مواصفاتها :

- طولها (٢٥ ـ ٦٠) سم، لها ساق طويلة، زهرها أصفر ذهبي.
- وعند فركها بالأيدي: يسيل منها نسغ (سائل) لزج صمغي،أحمر اللون.

جنيها وثمرتها :

- تجنى العشبة وهي مزهرة لكي يحضر منها شاي وحمامات أو مغاطس.

---

(١) وليست هي الخشخاش الأبيض – المنوم، وليست هي الجنحل (Humulus jupulus) انظر : معجم النباتات (١٣٩-١٣٣-١٦٩). ويمكن تسميتها (دينار الأرض)، وليست حشيشة الدينار المعروفة.

• وتجنى منها فقط الأزهار لتحضير زيت (خاص) منها، ويحضر الزيت بفصل الأزهار عن الساق والفروع (السوق).

فوائد هذه العشبة العلاجية :

• شاي هذه العشبة : ينفع في حالة الآفات العصبية وأمراض الجهاز العصبي، وينفع في علاج حالات الإسهال... ويعالج آلام الظهر والعمود الفقري، بسبب حمل الأشياء الثقيلة كما يعالج الجروح، وعصب مثلث التوائم.

ويتم هذا العلاج بـ :

* شرب (٢ ـ ٣) أكواب شاي هذه العشبة.

* عمل تدليك بزيت أزهاره، في المنطقة المصابة، أو مكان الالتهاب، وربما استمرت تلك المعالجة مدة طويلة.

* زيت أزهار هذه العشبة ينفع لعلاج الجروح، حيث أن الزيت له تأثير مهدئ، ومسكن للآلام، ويكون مضاداً للالتهاب، ويساعد على التئام الجروح.

• الأساس المحضّر من هذه النبتة يساعد في علاج أمراض الأعصاب والوهن والأرق والتوتر، وذلك بواسطة مسح خارجي (تدليك)، كما يمكن استعمال الأساس بشرب (١٠ ـ ١٥) نقطة منه في ملعقة كبيرة فيها ماء في اليوم.

لعلاج التوتر العصبي :

وكذا الهستريا وحالات فقدان الوعي أثناء النوم [كالمشي للنائم] واضطراب اللسان بالكلام وسلس البول، وتخفيف ضغوطات الحياة،

والحالات النفسية والعصبية، في كل هذه الحالات : ينفع في تخفيفها شرب شاي عشبة الخشخاشة يومياً، مع حمامات ومغطس خلال مدة أسبوع، ويتم في اليوم الأول عمل مغطس كامل، وبعد ذلك مغطس جزئي للقدمين.

لتكوين وتطور جهاز التناسل الأنثوي :

يجب على الفتيات الشابات شرب ٢ كوب شاي يومياً من تلك العشبة، حيث يساعد ذلك في تكوين وتطور الجهاز التناسلي الأنثوي، وتنظيم الدورة الشهرية.

- الزيت المهيأ من الأزهار: له تاثير علاجي ممتاز، ومن خواصه : استمرارية فاعليته مدة سنتين.
- ومن أهم استعمالاته : للجروح المفتوحة، والانتفاخات والورم الدموي والتهاب العقد اللمفاوي، وآلام الظهر والبطن، والفقرات القطنية، وعرق النسا، والورك، والروماتيزم، وعلاج خشونة البشرة الجافة.

** يتم العلاج بتدليك الزيت في مناطق الألم.

لعلاج الحروق :

سواء كانت تلك الحروق بالنار، أو الماء الساخن أو البخار أو حروق الشمس، تلك الحروق يتم علاجها بواسطة زيت هذه العشبة (الخشخاشة)، وزيت الكتان، حيث يتم المزج بإغلاق الزجاجة وتركها عدة أسابيع تحت الشمس مباشرة.

علاج مغص الأطفال :

لأجل الأطفال الرضع، الذين يعانون من وجع في البطن، وذلك بتدليك البطن بزيت تلك العشبة.

** كما أن الكمادات المبللة بزيت الأزهار، توضع فوق الألم أو يلف بها العضو المريض فإنه يخفف عنه الآلام أو يزيلها.

طرق استعمالات عشبة الخشخاشة :

أ ـ تحضير شاي : حيث يتم نقع (ملعقة صغيرة) + (١/٤ ليتر من الماء المغلي) يترك، ثم يصفى.

ب ـ تحضير زيت من أزهارها : حيث يتم جني الأزهار وقت الشمس، ثم توضع في زجاجة حتى العنق دون حشو شديد، ثم يصب فوقها زيت الزيتون حتى تغمر الأزهار به، ثم تغلق الزجاجة، وتترك عدة أسابيع تحت الشمس، حيث يصبح اللون أحمر.

ثم يتم تصفية الزيت بالترشيح [بواسطة قطنة شفافة ـ أو شاش ـ وتعصر باليد، ثم يصفى الناتج في زجاجات، وقد يستعمل زيت الكتان بدلاً عن الزيتون في حالة الحروق].

جـ ـ تحضير أساس لهذه العشبة :

يتم تعبئة ما يملأ الكفين منها (من أزهارها) شريطة أن تكون قد جنيت في الأوقات المشمسة، تضاف إلى /١/ ليتر من الكحول (ذي تركيز ٤٠%)، إذا كانت الغاية استعماله للتدليك والكمادات.

** أما إن كان الهدف أن يشرب مع الشاي : عندها توضع كمية الأزهار + ١ ليتر من خل الفواكة ـ كخل التفاح أو العنب ـ وتوضع في زجاجة.

تترك الزجاجة وهي مسدودة مدة /٣/ أسابيع معرضة للشمس.

د ـ تحضير مغاطس من هذه العشبة :

توضع كمية من العشبة [مع سوقها وأوراقها وأزهارها] بمقدار ما يملأ إناءً (٣ ـ ٤ ليترات) لمغطس جزئي، أو الكلي فتكون بما يعادل (٦ ـ ٨ ليترات)، وتترك للنقع أما الانحلال خلال ليلة.

ثم يصفى الماء من الإناء (المنقوع)، ثم يسخن، ثم يضاف إلى ماء الحمام أو المغطس.

تكون مدة الحمام / ٢٠/ دقيقة فقط.

❊ ❊ ❊

عشبة لحية الراعي

Symphytum Officinale

وتسمى [آذان الحمار][1] السمفتيون = مجبر الكسور = سمفوطن مخزني.

وتسمى (العشبة السوداء) [جذورها كالجزر، سوداء]، تنمو في الحقول الرطبة والأخاديد وعلى ضفاف المياه، وقرب الأسوار والجدران.

تزهر النبتة مدة الصيف.

مواصفاتها :

- أوراقها خشنة، حادة مدببة، جذورها بنية سوداء، داخلها أبيض مصفر، تعدل الإصبع أو الإبهام، ذات مواد [كالغراء] شديدة الدبغ، [زراقين، وآلانتوئين]. ذات ملمس شحمي، ولاصقة عند اللمس.
- جذورها: عميقة ويصعب إتلافها، وتقتلع في الربيع أو الخريف.
- يتم جني هذه العشبة قبيل فترة الإزهار.

فوائد هذه العشبة وخواصها :

- **الأساس المحضر من هذه العشبة :**

له تأثير علاجي في حالات الروماتيزم، والتهاب المفاصل، ويتم ذلك بالتدليك للأجزاء المريضة، أو بواسطة كمادات مبللة بالأساس مكان الألم.

---

(١) من فصيلة (الحمحميات)، نبات معمر، يحتوي على مواد لاصقة للكسور، وهو مصدر للبروتين كعلف للحيوانات.
انظر : الأعشاب في كتاب (١٦٥).
معجم النباتات (٢٢٧)

● **أوراق هذه العشبة** :

لها تاثير علاجي جيد في حالات الإرهاق والتشنج العضلي، وكذا في حالات الخلع والالتواء المفصلي، حيث تسخن الأوراق في بخار مغلي وهي داخل (شاش) بعد أن تكون قد سحقت (دقت) وهرست، وتبقى ملفوفة، وتوضع على الأجزاء المصابة.

يمكن تكرار العلاج أكثر من مرة، كما يمكن بها علاج الرضوض والعضلات والعظام، بواسطة تلك الكمادات العشبية الطازجة أو المجففة.

كما تنفع في علاج الأورام والانتفاخات والوذمات في الكاحل أو الرسغ، وفي حالات الدوالي التقرحية، والروماتيزم والتهاب المفاصل وآلام العضلات والفقرات الرقبية وتقلص عضلات الرقبة.

● **الشاي المحضر من هذه العشبة** : **[من جذورها]**

ينفع ويعالج التهاب القصبات الهوائية، وعلل الجهاز الهضمي، حيث يتم شرب (٢ ـ ٤) أكواب يومياً على شكل رشفات.

فوائد المغطس :

المغطس الكامل من أوراق هذه العشبة تنفع في علاج :

الروماتيزم، التهاب المفاصل، آلام العضلات، للعظام والمفاصل، واضطرابات التروية الدموية، وأمراض الديسك، والقدمين، وروماتيزم القدمين، والدوالي في الساقين والقدمين.

طرق استعمال هذه العشبة :

أ ـ تحضير شاي من جذورها : حيث يتم نقع (٢) ملعقة من جذورها، مفرومة قطعاً صغيرة في ١/٤ ليتر ماء بارد، ثم ترك المنقوع ليلاً، ثم في اليوم التالي تسخين المنقوع، ثم تصفيته وشربه على مراحل [رشفات متكررة].

ب ـ تحضير شاي من خليط عشبي :

تنقع كمية ملعقة صغيرة من خليط عشبي مكون من (١٠٠ غ من لحية الراعي، + ٥٠ غ آذريون، + ٥٠ غ خبيزة) إلى ١/٤ ليتر ماء مغلي، ثم يترك لعدة دقائق للنقع والانحلال ثم يصفى ويشرب منه (٣ ـ ٤) أكواب خلال اليوم، على شكل رشفات.

* فوائد هذه الخلطة: للقرحة المعدية.

جـ ـ تحضير كمادات من مهروس جذور هذه العشبة:

حيث تطحن جذور العشبة ناعماً وهي جافة، ومن ثم تخلط جيداً وسريعاً في كوب ماء مغلي مع بعض قطرات زيت الزيتون، ويتم الخلط حتى تشكل معجوناً طرياً [كالمامونية الطازجة]، ثم يمد المهروس فوق قطعة شاش، وتستخدم كمادة ساخنة مكان الألم المراد علاجه، وذلك بربطه بلفافة الشاش ـ المذكور.

دـ تحضير كمادات من الأوراق: ـ وهي باردة ـ

حيث تغسل الأوراق الطازجة، ثم تسحق على خشبة التقطيع، وذلك بواسطة الهاون أو المسحج، ثم توضع مباشرة فوق مكان المرض، حيث يربط بلفافة الشاش.

هـ ـ كمادات الأوراق وهي ساخنة :

حيث يتم تحضير أوراق طازجة، تغطس في ماء مغلي مدة (١ ـ ٢) دقيقة، ثم تستخرج من الماء المغلي وتبرد قليلاً، ومن ثم توضع على مكان العلاج وهي دافئة، وتربط بلفافة شاش.

و ـ تحضير مغاطس من هذه العشبة:

• ويتم تجهيز حوض [٥ ليترات ماء + ٥٠٠ غ من الأوراق الطازجة، أو المجففة].

• تترك فترة النقع خلال الليل، ثم تصفى صباحاً ثم يتم غليها [تسخين عالٍ.

• تضاف على المغطس ـ البانيو ـ وذلك لعمل مغطس كامل.

ز ـ تحضير مغطس جزئي:

توضع عشبة لحية الراعي بمقدار /٢٠٠/ غ فقط منها + ٥ ليترات من الماء، وبعد ذلك تتم التصفية ـ الترقيد ـ ثم غلي الماء المنقوع، ثم يبرد في وعاء خاص [ليس في البانيو]، وذلك لصلاحيته لعمل مغطس جزئي قدمي [للقدمين].

ح ـ تحضير أساس لهذه العشبة:

تؤخذ جذور هذه العشبة، وتغسل جيداً، مع غسل زجاجة الأساس بفرشاة.

ثم تقطع الجذور [قطعاً صغيرة]، ثم تدخل في الزجاجة دون قسر، ثم يصب فوقها كحول الفواكه [تركيز ٤٠%]، أو كحول العنب أو خل التفاح أو الفواكه، وتترك لمدة /١٤/ يوماً [مع تغليف كامل، وتعريض لأشعة الشمس]، مع غمر الجذور بالكحول ثم يصفى هذا الأساس ويوضع في زجاجة.

ط ـ تحضير مرهم من هذه العشبة :

تغسل كمية من الجذور (٤ ـ ٦) وتكون طازجة، ثم توضع فوق مقلاة مع ٢٥٠غ دهن حيواني (غنم أو بقر)، أو فازلين، ثم يحرك جيداً، وبعدها يترك ليلةثم يسخن ويرشح بواسطة قطعة قماش (شاش)، وبالضغط عليها ينفصل الدهن عن الجذور ولا تخرج الجذور لدقة المسامات، وما يتبقى في الشاشة هو المرهم المطلوب، نضعه في قوارير صغيرة، ويوضع بعدها في الثلاجة.

● هذا المرهم : يمكن استعماله بوضعه على مكان المرض، ويتم تدليكه فوقه، خصوصاً في حالة معالجة الجروح لدى الإنسان أو الحيوان.

❊ ❊ ❊

عشبة رجل القطة [ركشة العجوز]

Capsella Bursa – Fastoris

وتسمى (عشبة مرعى الخيول)[1] = كيس الراعي = حرفوف = مخلاة الراعي

تنمو هـذه العشـبة في جميـع الأمكنـة [الطرقـات، الحقـول، الأمـاكن الخربة، الأخاديد، المنحدرات، الجنينات..] وعلـى الـتلال وفـوق الأتربـة، وقرب المباني.

شكل العشبة :

- أوراق هذه العشبة مسننة بشكل غير منتظم.
- ساقها بطول / ٤٠ سم /.
- يتم إزهارها في (آذار، وحتى تشرين الثاني)، صغيرة الحجم، خيمية الشكل، بيضاء وبشكل عناقيد.
- ومن سوقها وأغصانها: تتدلى ثمـار هـذه العشـبة علـى شـكل قلـب صغير، وملمسها كأنه جلد مدبوغ.

---

(١) انظر : معجم النباتات الطبية (٣٦٢).
الأعشاب في كتاب (٣٥١).
تؤكل هذه العشبة كخضار ربيعية، خرنوبيـة الثمـار، وكأنهـا الملفـوف، وتكثـر في الأماكن المعتدلة، والتربة الطينية والغنية بالآزوت، وهي برية.
تستعمل في قطع النزيف ـ النسائي خاصـة، الملاريـا، وللحصـى الكلويـة وتسـاعد على تقلص الرحم.

• يكثر أكل الدواجن لها، وتكثر في أشهر الربيع وقت دفء الطقس، وتنمو سريعاً.

فوائد شاي هذه العشبة :

** **لها فوائد في علاج النزف** [الأنفي والمعوي والمعدي، والرحمي]، والطمث الطبيعي، وحالات الجروح النازفة،

حيث لا يتوقف النزف نتيجة لهشاشة الأوعية الدموية الشعرية، وفي حالات مرضى السكر مثلاً.

** **في حالات الطمث الطبيعي** ـ ولكن الطويل الأمد والغزير ـ يجب شرب (٢ كوب) يومياً من شاي هذه العشبة ويستمر مدة (٨ ـ ١٠ أيام) قبيل موعد مجيء الطمث.

** **هذه الشاي تساعد على تنظيم الطمث**، وينصح بشربه في حالات سن اليأس، يشرب مدة (٤) أسابيع بمعدل

(٢) كوب يومياً من ذلك الشاي، ثم فترة راحة مدة ٣ أسابيع ثم يعاد العلاج فترة أخرى، وبنفس الطريقة السابقة المذكورة.

** **في حالة البواسير النازفة :**

* يتم عمل حقنة شرجية صغيرة.

* أو مغطس جزئي ـ مقعدي ـ أو غسولات موضعية.

كل ما ذكر يتم بواسطة شاي أو منقوع ساخن من هذه العشبة، ولكن بعد أن يبرد قليلاً.

**** في حالة النزف الكلوي :**

يظهر ذلك من البول المدمى (فيه دم)، عندها يتم شرب (٢) كوب يومياً من شاي محضر من خليط عشبي مكون من :

ـ عشبة رجل القطة [ركشة العجوز].

ـ عشبة ذيل ـ أو ذنب ـ الحصان.

تؤخذ نسبة متساوية من هاتين العشبتين.

**** لتخفيف حجم الثدي :**

• في حالة كون المرأة مرضعة وبعد الفطام وتوقف الإرضاع : يبقى الثدي كبيراً ومنتفخاً، عندها ينصح بإجراء غلي للعشبة (رجل القطة) ـ تكون في شبكة معدنية مثقبة في وعاء مائي يغلي، وتكون العشبة طازجة، وتبقى فوق بخار الماء المتصاعد عليها بحرارة.

• ثم توضع العشبة داخل قطعة شاش، حيث تلف العشبة، وتستعمل كمادات ساخنة فوق مكان الثدي المنتفخ.

• ولهذه العشبة تأثير علاجي لتنظيم الدورة الدموية: لذا ينصح باستعمالها وقت ارتفاع الضغط أو انخفاضه، ويتم شرب (٢ كوب) يومياً من شاي هذه العشبة فتنظم الدورة الدموية حينذاك.

• كما أن لها تاثيراً فعالاً في معالجة أمراض العضلات الخارجية: مثل ضمور العضلات أو ارتخائها حيث يتم تحضير أساس من هذه العشبة [تؤخذ العشبة طازجة وتقطع قطعاً صغيرة وتترك مدة /١٤/ يوماً في زجاجة محكمة الإغلاق دون ضغطها، ويصب فوقها كحول الفواكه [تركيزه ٤٠%]، ويمكن استعمال خل الفواكه ـ كالتفاح أو العنب ـ ثم تعرض للشمس تلك الفترة.

ثم يتم تصفية الأساس ويوضع في زجاجة، ويستخدم تدليكاً ومساجاً (٢ ـ ٣) مرات يومياً مع شرب شاي العشبة [والأفضل شاي العشبة المتجعدة] لتحسين العلاج.

• تستخدم هذه العشبة في علاج ارتخاء عاصرة الشرج: والتي يتسبب عنها هبوط المعي الغليظ عندها يتم العلاج كما سبق، مع إضافة كمادات مبللة من مستخلص الأعشاب الطبية السويدية [وهو مصنع دوائي]، مع إضافة /١٠/ نقاط من أساس عشبة رجل القطة في الشاي المذكورة ٣ مرات يومياً.

• كما يمكن علاج حالات الفتق: حيث توضع كمادات مبللة بمستخلص من الأعشاب الطبية السويدية ـ عدة أيام ـ ثم بعد ذلك يتم تدليك ومساج بالأساس المحضر من عشبة رجل القطة، مع شرب ٤ أكواب شاي يومياً، من تلك العشبة، أو العشبة المتجعدة إن أمكن [مدة ٦ أسابيع].

• كما أنه في حالات هبوط الرحم، يتم العلاج بتدليك ومساجات بالأساس المحضر من عشبة رجل القطة بالتدليك مع البداية من المهبل ـ من الأسفل للأعلى ـ حتى السرة، عدة مرات، مع شرب / ٤ / أكواب يومياً من شاي العشبة المتجعدة أو شاي رجل القطة.

طرق استعمال هذه العشبة :

أ ـ تحضير شاي منها : حيث تنقع كمية (ملعقة صغيرة في ١/٤ ليتر ماء مغلي) وتترك ثم تصفى.

ب ـ تحضير كمادات من أبخرة العشبة :

توضع كمية (ما يملأ الكفين من العشبة الطازجة فوق شبكة معدنية)، وهذه توضع فوق وعاء فيه ماء يغلي، ثم بعد أن تصبح العشبة طرية ومشبعة

بالبخار، توضع ضمن قطعة شاش، وتلف حول العشبة، ثم توضع فوق مكان الألم ـ المراد علاجه ـ على شكل كمادات عشبية رطبة ساخنة.

جـ ـ تحضير أساس لهذه العشبة :

• تغسل العشبة الطازجة (مع أزهارها وأوراق وساقها) وتقطع قطعاً صغيرة، وتوضع داخل زجاجة حتى عنقها.

• يصب فوقها كحول فواكه (تركيزه ٤٠%)، و[وهو الكحول الطبي المستخرج من العنب مثلاً] أو خل الفواكه (التفاح أو العنب، أو نبات الجاودار إن وجد)، وتغمر العشبة بالكحول أو الخل حتى عنق الزجاجة، وتغلق بإحكام مدة / ١٤ يوماً /، وتكون تحت أشعة الشمس.

❊ ❊ ❊

عشبة الغافث

Agrimonia Eupatoria[(١)]

ومنهم من يسميها : عشبة ذنب الاربيان = جراد البحر = باتور = خد البنت.

تنمو هـذه العشـبة في الأمـاكن المكشـوفة والجافـة، وجوانـب الطـرق والحقول والغابات والمنحدرات والتلال، وفي الخرائب.

صفات هذا النبات :

- أزهاره صغيرة صفراء، تشكل عنقوداً طويلاً.
- النبتة كلها مغطاة بوبر طري.
- أوراقها كبيرة (١٠سم)، وتشبه الريشة، يصل طولها حتى ٨٠ سم.
- يتم جنيها في فترة الإزهار (بين حزيران وآب).

خواصها العلاجية :

لهذه النبتة تاثير علاجي في حالات عدة أهمها :

- التهاب الحلقوم، وذلـك للاشـخاص الـذين تكـون مهنتـهم تقتضـي التكلم كثيراً، وكالمغنين والمذيعين، والمطربين والممثلين، والخطباء...

---

(١) وتعني الكلمة = البـارودة. تسـتعمل للجـروح، معمـرة، تكثـر في أوروبـا وأمريكـا الشمالية، وآسيا، تحتوي على زيت طيار، ومضاد حيوي، ومواد قابضة.
تنفع من الإسهال والنزلة الوافدة، ولإدرار البول وتستخرج من صبغة صفراء.
انظر : معجم النباتات (٢٨٤).
الأعشاب في كتاب (٦٤٢).

ينصح هؤلاء بعمل غرغرة من شاي محضر من هذه العشبة يومياً إن أمكن.

** أوراق هذه العشبة لها تأثير علاجي في حالة فقر الدم.

• الروماتيزم والجروح واضطرابات الهضم وأمراض الكبد والطحال، وآلام الفقرات الظهرية القطنية، وفي مثل هذه الحالات: يتم شرب ٢ كوب من شايها يومياً.

• لتخفيف آلام الجسم من الإرهاق وتدرن الجلد لدى الأطفال: حيث يتم عمل مغطس كامل محضر من هذه العشبة [مرة أو مرتين في السنة]، وذاك له تأثير جيد في تخفيف الإرهاق وتدرن الجلد، وخصوصاً لدى الأطفال، حيث يتم عمل مغطس يومياً.

• لقبض الأوعية الدموية وتنقية الدم، فإن لهذه العشبة تأثيراً فعالاً في حالة قبض الأوعية وتنقية الدم، حيث أن شرب (٣) أكواب شاي منها يومياً يساهم في علاج انتفاخ أو تضخم الرئتين، وكذا تضخم القلب، وتمدد الأمعاء، وكذا في علاج أمراض الكلى والمثانة، ويتم العلاج لفترة طويلة.

• المرهم المحضر من هذه العشبة يفيد في علاج الدوالي وتقرحات الساقين.

• لعلاج أمراض الكبد: حيث يتم استعمال خليط عشبي مكون من /١٠٠/ غ من هذه العشبة + ١٠٠ غ من عشبة اللصاقة + ١٠٠غ من عشبة أم الغابات (الطرخشقون).

** يتم تحضير شاي من الخليط، ويجب أن يشرب منه صباحاً [والمعدة خالية] كوب، ثم بقية اليوم يتم شرب ٢ كوب ـ على رشفات، والمعدة طبيعية ممتلئة.

طرق استعمال هذه العشبة :

أ ـ يتم تحضير شاي من العشبة حيث تنقع كمية ملعقة صغيرة منها + ١/٤ ليتر ماء مغلي، وتترك قليلاً، ثم تصفى وتشرب.

ب ـ تحضير مغطس من هذه العشبة : حيث يستعمل لكل مغطس كامل [ما يملأ البانيو] مقدار /٢٠٠/ غ من العشبة.

جـ ـ تحضير شاي من خليط عشبي مؤلف من :

*** (غافث + عشبة لصاقة +عشبة أم الغابات) بمقادير متساوية، يؤخذ الخليط بمقدار ملعقة منه وينقع في ١/٤ ليتر ماء، ومن ثم يترك ويصفى ثم يسخن ويشرب شاياً.

د ـ تحضير مرهم : حيث تفرم كمية ملء الكفين (من أوراق وأزهار وسيقان هذه العشبة) بعد غسلها جيداً، وتقلى في /٢٥٠/ غ من دهن حيواني أو فازلين، ثم يخرج الدهن من قطعة شاش، ويؤخذ الباقي كرهم يستعمل علاجاً ـ كما سبق بيانه.

*   *   *

عشبة القريص[١]

الاسم العلمي اللاتيني Urtica Dioica

تنمو في جوانب الحقول والغابات، بعيداً عن الطرقات والأماكن الملوثة.

• لهذه العشبة خصائص علاجية، ولكل أقسامها (الجذور والسيقان والأوراق والأزهار).

• الشاي المحضر من هذه العشبة: له تأثير مسكن ومهدئ، كما أن له تأثيراً فعالاً في علاج آلام الرأس، ولإدرار البول، وطرح الرمال من الكلى، وكذا لتنقية الدم، فإن له تأثيراً ممتازاً.

• وتعالج العشبة أمراض البنكرياس (المعثكلة)، حيث يقوم الشاي بخفض نسبة السكر في الدم، ويعالج التهابات الكلى، والمسالك البولية، واحتباس البول، وكملين خفيف للأمعاء.

• يعالج أمراض الكبد والمرارة والطحال وقرحة المعدة والأمعاء والصدر.

---

(١) وتسمى: قراص = أبخرة.

نبات عشبي بري، بمجرد لمسه تخرج منه عصارة، محرقة مؤلمة، تسبب الحكة يحتوي على مواد سامة تهيج الجلد وتدر البول وتلين الأمعاء وتنقي الدم وتوقف النزيف.

انظر: معجم النباتات (٣١٣)، التداوي بالأعشاب (٢٣٦).

الأعشاب في كتاب (٧٠٦) (٦٩٩).

ومنه نوع يسمى (القريص الأبيض) وهو بري فقط.

ملاحظـة :

في جميع الحالات السابقة، يجب شرب شاي العشبة فترة أسابيع عدة

• ويعالج أمراض الحمات الراشحة الفيروسية، وللجهاز التنفسي والإفراز الغزير في الرئتين والمعدة والمغص، والاستسقاء.

• والقدرة على سحب الماء من الخلايا والأنسجة، ومعالجة أمراض الدم (كفقر الدم) ومعالجة زيادة كلور الدم.

• ولمعالجة الحساسية المزمنة.

ويتم شرب شاي القريص في هذه الحالة فترة طويلة.

• كما يفيد في غسل الوجه أو الجسم لأمراض الحساسية وحساسية الغشاء المخاطي الأنفي وذلك باستنشاق أبخرة هذه العشبة المضافة إلى ماء مغلي.

• ولمعالجة حالات نقص الحديد: حيث يظهر ذلك من التعب والوهن (خاصة لدى الشيوخ والمسنين)؛، يتم العلاج بشرب شاي محضر من عشبة القريص الطازجة الحديثة الجني، مع شرب كوب يومياً على الريق (والمعدة خاوية)، قبيل الإفطار، ثم يتم شرب كوبين خلال النهار على شكل رشفات ويمكن إضافة البابونج لتحسين الطعم، أو النعناع، وكذا ينفع في زيادة نشاط الجسم.

الغسولات والمغاطس :

• الغسولات والمغاطس المحضرة من هذه العشبة: تعالج الحميات الراشحة، وتقي الجسم منها، وكذا أمراض المفاصل الالتهابية، والروماتيزم، والتشنجات: ولكل هذه: يتم تحضير مغطس كامل من هذه العشبة.

• وكذا لمعالجة حالات مرض عرق النسا، وآلام المنطقة القطنية والورك: حيث يتم تكرار عمل مغطس كامل عدة مرات يومياً، مع التدليك بواسطة أساس محضر من هذه العشبة.

• يمكن عمل مغطس جزئي للقدمين، وذلك في حالات التهابات الأوعية الدموية للأرجل، مع التدليك بأساس العشبة ـ كما سبق.

• وللعشبة فائدة في حالات تساقط الشعر، أو كونه ضعيفاً أو قليلاً، عندها من المفيد غسل الرأس بمنقوع محضر من هذه العشبة الطازجة (جذورها فقط)، وفي هذه الحالة يتم تخفيف تساقط الشعر، ونمو الشعر الخفيف وتقويته، وغزارته، ويتم ذلك بشكل دوري ومنتظم.

• غالباً يستمر شرب شاي العشبة عدة اسابيع.

• أما المغاطس: فهي تستمر (٤ ـ ٥) مرات.

لعلاج الأعصاب وآلام الظهر والورك

وكذا علاج أعصاب الذراعين والأرجل: يمكن استخدام تدليك خفيف للمناطق المؤلمة، بواسطة منقوع العشبة الطازجة، أو بأساسها، ويتم التدليك من أسفل إلى أعلى ثم العكس وخاصة في عرق النسا [يتم التدليك صعوداً من الطرف الخارجي للرجل حتى الورك، ثم من الورك نزولاً حتى الكعب].

ضد الحشرات:

لهذه العشبة تاثير ضد الحشرات المؤذية، وكذا الديدان المؤذية للنباتات، حيث توضع العشبة في برميل ماء وتترك لتنحل، ثم يرش هذا المنقوع على النباتات عدة مرات، ويتم الاستغناء عن المبيدات الحشرية الكيميائية، وكذا تصلح للخضروات والأشجار المثمرة.

طريقة استعمال هذه العشبة :

أ ـ تحضير شاي :

حيث يتم نقع كمية [ملعقة صغيرة + ١/٤ ليتر ماء مغلي]، ثم يترك هذا المنقوع قليلاً، ثم يصفى ويشرب.

ب ـ تحضير أساس :

حيث يتم قلع جذور هذه العشبة [في الربيع والخريف] وتقلع كاملة، وتغسل وتنظف ثم تقطع قطعاً صغيرة، ثم تعبأ في زجاجة حتى العنق ـ دون حشو زائد ـ ثم يصب فوقها كحول الفواكه [طبي، تركيز ٤٠%] حتى تغمر الجذور، ويتم إغلاق الزجاجة بإحكام، ثم تترك مدة /١٤/ يوماً، وهي معرضة للشمس مباشرة.

جـ ـ تحضير مغطس :

لتحضير مغطس كامل : يضاف ٢٠٠ غ من جذور القريص إلى (٦ ـ ٨ ليترات ماء).

لتحضير مغطس جزئي : يضاف ١٠٠ غ من جذور القريص إلى (٣ ـ ٤ ليترات ماء).

شريطة غسل الجذور وتنظيفها كاملة، ثم يتم نقعها ليلاً في الماء، ثم صباحاً يتم غليانها عدة مرات، بعدها يضاف المحضر إلى ماء المغطس (البانيو)، أو في طشت [حال المغطس الجزئي القدمي] شريطة أن يكون الماء حاراً، ولا يجوز استعمال المنقوع قبيل تسخينه وغليه.

يمكن تكرار المغطس بالغلي المتكرر كل مرة.

د ـ تحضير غسولات :

• تؤخذ كمية (ملء الكفين) وتوضع في طنجرة مع ٥ ليترات ماء بارد، ثم تسخن حتى الغليان، ثم تترك (٥ ـ ١٠) دقائق لتبرد قليلاً، وتؤخذ النبتة كاملة.

• أما في حالة الجذور فقط، فإنه يتم ترك المنقوع ليلاً، ثم يسخن ويغلى في اليوم التالي ويترك ليبرد (١٠ دقائق) ليبرد قليلاً.

• يمكن عمل غسولات للشعر دون صابون، أما مع الصابون فيشترط كونه طبياً.

❃ ❃ ❃

عشبة القريص الاصفر

الاسم العلمي اللاتيني **Lamium Galeobdolon**

• هـذه العشـبة تنمـو في الغابـات الرطبـة والأخاديـد وتحـت الآجـام (الشجيرات)، وعلـى جوانـب الأسـوار وخـلال الخرائـب والأمـاكن الرطبـة والمظللة.

• تنمو خلال شهري (نيسان وأيار)، أما في الجبـال فتتـأخر قلـيلاً عنـد هذين الشهرين.

• جذمور[١] هذه العشبة لـه حيويـة متميـزة، ويعـيش أكثـر مـن سـنة، ويشكل سيقاناً عمودية بطول /٥٠/ سم.

• أوراق هذه العشبة : تتوضع بشـكل متصـالب في مجموعـات، ولهـا شكل البيضة وتكون ملتوية أو متجعدة.

• أزهار هذه العشبة : تقف على ساق كاذبة تحت ظل الأوراق،

** يتم جني الأوراق والأزهار لأغراض علاجية طبية.

النوع الآخر من النبتة : يسمى (القريص الأبيض[٢] ـ واسمه العلمـي اللاتيني : Lamium Album)

هذا النوع يزهر في شهر أيـار، ويمتـد حـتى تشـرين الأول، وينمـو في الطرقات وخلال الخرائب وخطوط السكك الحديدية، ومنه يتم جني الأزهـار والأوراق.

---

(١) جذمور العشبة: ساق أرضية شبيهة بالجذر.

(٢) الأعشاب في كتاب (٧٠٦)

شاي القريص الأبيض :

له تأثير علاجي يساعد في علاج أمراض الحوض لدى النساء [ينظم الطمث، ويخفف آلامه]، ويعالج العديد من الأمراض النسائية.

في هذه الحالة : يتم شرب /٢/ كوب شاي منه، وعلى رشفات خلال اليوم.

لهذا الشاي تأثير في تنقية الجسم، ويساعد على النوم، ويعالج الأرق، ويغني عن استعمال المنومات الضارة، والتي تسبب كثرتها الإدمان، مع زيادة كميتها وأضرارها.

أزهار هذه العشبة : (القريص الاصفر) تعالج الأمراض التالية :

- أمراض الكلية: حيث أن شاي العشبة المحضر من الأزهار والأوراق يعالج ذلك.
- أمراض احتباس البول، وحرقته.
- والاستسقاء العام؛ والذي ينتشر في كل نواحي الجسم.
- وأمراض المسالك البولية.

أما الشاي المحضر من أزهار عشبة (القريص الأصفر) دون الأوراق: فهو يعالج :

* الاضطرابات الهضمية *الطفح الجلدي.

في هذه الحالة : يتم شرب كوب يومياً صباحاً من الشاي المحضر من الأزهار والأوراق للقريص الأصفر أو من شاي الأزهار فقط.

- لعلاج التقرحات والدوالي: تستعمل كمادات مبللة بمنقوع من الأزهار والأوراق.

• لعلاج سلس البول: وخصوصاً لمتقدمي السن.

• التهابات المثانة : بسبب البرد.

• التهابات الكلى.

وفي كل هذه الحالات يستعمل مغطس كامل (أو جزئي في منطقة الخصر)، ويتم ذلك بواسطة أوراق وأزهار عشبة القريص الأصفر.

• في حالات (القصور الكلوي) : وكذا حالات (زرع الكلى) ـ حيث يجب مساعدة الجسم على قبول الجسم الغريب المزروع : يجب شرب شاي محضر من خليط عشبي مكون من :

** عشبة القريص الأصفر ـ أو الأبيض [إن لم يوجد الأول].

** عشبة طحال الغابة.

** العشبة اللصاقة.

هذه الخلطة المشتركة ـ بكميات متساوية ـ يتم شرب شاي منها (٢ كوب يومياً، على شكل رشفات).

طرق استعمال هذه العشبة :

أ ـ تحضير شاي من هذه العشبة :

حيث تنقع كمية ملعقة مع ١/٤ ليتر ماء مغلي ثم يترك قليلاً، وبعدها تتم تصفيته.

ب ـ تحضير كمادات من هذه العشبة :

حيث يتم نقع /٣/ ملاعق صغيرة من هذه العشبة مع ١/٢ ليتر ماء مغلي، ثم يترك قليلاً، وبعدها يتم تصفيته.

وبعدها تغمس قطعة شاش فيه، وتعصر قليلاً وتوضع على المكان المراد علاجه.

جـ ـ تحضير خليط عشبي مكون من عدة أعشاب : حيث يتم خلط كميات متساوية من عشبة القريص الأصفر (أو الأبيض).

+ العشبة اللصاقة.

+ عشبة طحال الغابة.

وفي هذا الخليط يتم عمل منقوع بمقدار [ملعقة صغيرة في ١/٤ ليتر ماء مغلي]، ثم يترك المنقوع، ثم يصفى.

* * *

عشبة زهرة الحواشي [١]

Veronica Officinalis (أو : العشبة الويرونيكية) = لبلاب المجوس = شيح = عشبة الغجر

* هذه العشبة تنمو في الغابات والأماكن المكشوفة، وقرب المياه والاسوار والأخاديد والطرقات، وفي حواف الحقول وقرب السياجات، والأماكن المشجرة، والرملية والطينية.

مواصفات العشبة :

- لها ساق ذو وبر زاحف على الارض.
- أوراقها صغيرة مسننة، فضية لماعة، تنتهي بسنابل تتوضع للأعلى حيث تحتوي على أزهار زاهية اللون (زرقاء، بنفسجية).

تسقط الأوراق بسهولة بمجرد الملامسة.

- الإزهار: يكون بين (أيار ـ آب)، ويتم جنيها وهي متوضعة على السنبلة، حيث يتم جنيها كاملة، ولا تقطف منفردة.

---

(١) انظر تفصيلاً عنها في : معجم النباتات (٣٠٩).
الأعشاب في كتاب (٧٨٦).
ومن فوائد هذه العشبة :
فتح الشهية، تنقية الدم، إدرار الحليب، الغازات، التهاب الشعب، والحروق والقروح، والكبد واليرقان والكلى، وللقشع وتقوية المعدة ولكثير من المشاكل التنفسية والمعدية، وسميت (شاي أوروبا)

• النبات الذي ينمو حول الغابات وأشجار السنديان: يكون أفضل دواء وأكثر تاثيراً علاجياً.

فوائد العشبة وخواصها :

شاي هذه العشبة : تساعد في خفض نسبة الكولسترول (شحوم الدم) وذلك بشرب /٢/ كوب يومياً، كما تسهم في الوقاية من تصلب الشرايين، وخاصة العشبة الطازجة.

• كما تساهم في معالجة الحالات العصبية، والإرهاق والتهدئة، وللنوم الهادئ وذلك بشرب كوب من شاي هذه العشبة قبيل النوم.

• كما تسهم في زيادة النشاط العقلي والجسدي، وتقوي الذاكرة وتنشطها.

• كما تعمل على إزالة الإحساس بالدوخة.

وعلى طرح الرمل من الكلى.

وتهدئة آلام المفاصل والروماتيزم.

وعلاج الحكة الجلدية، وخاصة لدى متقدمي السن.

وعلاج اضطرابات الأمعاء، وتخفيف إفرازات المعدة وتحسين الهضم.

* الشاي المحضر من مزيج (رؤوس عشبة القريص + عشبة زهرة الحواشي)، والتي يتم خلطها بنسب متساوية : تساعد في علاج الأكزيما المزمنة.

** والشاي المحضر من [عشبة زهرة الحواشي وجذور نبتة الكرفس الطازجة، شريطة أن تكون مخلوطة بنسب متساوية فإنها:

تعالج حالات الكآبة، والوهن العصبي.

** وإذا كان الخليط العشبي مكوناً من عشبة زهرة الحواشي وعشبة ذيل الحصان [مخلوطاً بنسب متساوية] فإنه يعالج شحوب جلد الوجه والجسم، وعندها يلزم شرب ٢ كوب يومياً.

** وإذا كان الخليط العشبي مكوناً من عشبة [زهرة الحواشي وعشبة عسل الدب + عشبة لفت النهر + عشبة لسان الحمل] ـ مخلوطة بنسب متساوية فتكون فائدته في علاج التهاب القصبات المزمن، وهذا الشاي المحضر من هذا الخليط العشبي يجب تحليته بالعسل أو السكر لأن طعمه مر.

** لعلاج اليرقان، وبعض أمراض الكبد والطحال: ينصح بشرب شاي محضر من خليط عشبي :

- ومن / ٥٠/ غ عشبة الطرخشقون.
- ومن /٢٥/ غ من أزهار نبتة الهندباء البرية.
- ومن /٢٥/ غ من عشبة أم الغابات.
- ومن / ٢٥/ غ من عشبة زهرة الحواشي.

تؤخذ ملعقة من منقوع الخليط + ١/٤ ليتر ماء مغلي، يشرب بمعدل ٢ كوب يومياً على رشفات كما يجب عدم تحليته.

** لمعالجة أمراض الجلد المزمنة ـ كالأكزيما والحساسية: يؤخذ عصير هذه النبتة [زهرة الحواشي] بمعدل ملعقة [يومياً ٣ مرات] وهذه تنفع كذلك من حب الشباب.

** لمعالجة الجروح ـ وخصوصاً في الساقين أو القدمين.

تؤخذ عشبة زهرة الحواشي، وتنقع وتسخن ثم يغسل بها الجرح، ثم تستخدم كمادات دافئة من هذا المنقوع، ويلف الشاش فوق هذه الكمادات.

** لمعالجة التهابات المفاصل والروماتيزم: يؤخذ أساس هذه العشـبة، ويتم تدليكه على مكـان المـرض والمـراد علاجـه، ويسـتمر ٣ مـرات يوميـاً [بمعدل ١٥ نقطة من الأساس في ١/٢ كأس ماء].

طرق استعمال هذه العشبة :

أ ـ تحضير شاي هذه العشبة : (تنقع كمية ملعقة صغيرة في ١/٤ ليتر ماء مغلي، ثم يترك لينحل ثم تصفى ويشرب).

ب ـ تحضير شاي من خليط عشبي (من أعشاب مختلفة، ومـن ضـمنها زهرة الحواشي) بمعدل ملعقة صغيرة مـع ١/٤ ليتـر مـاء مغلـي ثم يتـرك، ثم يصفى، ومن ثم يشرب شاياً.

جـ ـ تحضير عصير طازج: تؤخذ أزهارها الطازجة :

ـ تغسل جيداً ـ ثم تعصر (وهي مبللة) بالعصارة الكهربائية.

ـ ثم يصب العصير في زجاجات صغيرة، تحفظ في الثلاجة.

د ـ تحضير أساس من هذه العشبة:

- تؤخذ كمية ملء الكفين من العشبة وأزهارها.
- تغسل ثم تقطع قطعاً صغيرة (توضع فوق ليتر كحول الفواكه، أو خل الفواكه)، وبتركيز = ٤٠%، ويترك أسـبوعين، ويبقـى معرضـاً للشـمس وفي زجاجات محكمة الإغلاق، على أن يغمر الكحول جميع أجزاء العشـبة حـتى عنق الزجاجة.
- يستخدم ـ كما سبق ـ وقت الحاجة، تدليكاً.

عشبة الدبق = الهدال[1]

Viscum Album

هذه العشبة تعيش بشكل طفيلي على النباتات والشجيرات الصنوبرية، حيث تتمسك بها بواسطة جذورها الماصة، والتي تتوضع على غيرها، وتنمو بشكل دائري (وعلى أشجارساقطة، وخاصة على التفاح) وتعتبر تلك الأشجار مضيفة (وتكثر في شمال غرب أوروبا، حتى إيران والصين، وتقل على الصنوبريات).

أوراق هذه العشبة وثمرتها :

- دائمة الخضرة، لها ملمس جلدي، ثمارها: حبات كروية، بيضاء زجاجية.
- داخل الثمرة: دبق لاصق.

تتكاثر هذه النبتة بواسطة الطيور، حيث يتم بمنقارها نثر البذور الغرائية اللاصقة، حيث تلتصق على الأغصان، وكذلك تخرج البذور (عند أكلها من قبل الطيور) مع التبرز، حيث لا يمكن هضمها، فتطرحها على الأغصان وتلتصق تلك الثمار الغرائية، وهذه بدورها تنبت وتثمر وتصبح عشبة، وهذه الحالة الوحيدة لإنبات هذه البذور، إذ لا تنبت بالماء ولا بالتراب.

ملاحظة :

ثمار هذه النبتة سامة فلا يستفاد إلا من الأوراق والأزهار، وتلك يتم جنيها خلال (تشرين الأول إلى منتصف كانون الأول، وآذار ونيسان)، وغير تلك المدة لا تملك العشبة الخواص العلاجية التامة.

---

(١) انظر : الأعشاب في كتاب (٤٣٩)
صيدلية الطبيعة (٣٨).
نبات طفيلي، تستعمل فروعه الطازجة لعلاج تصلب الشرايين، والأورام الخبيثة، ولخفض الضغط ولعلاج بعض حالات الصرع، والعقم النسوي

** هذه العشبة تتطفل على شجر السنديان والحور والتنوب والصنوبر، والفاكهة، وغالباً ما تأكل الطيور ثمارها، ويتم جني الأوراق والسيقان بواسطة مقص خاص، خشية الدبق فيها.

• ثمار هذه العشبة سامة، ومع هذا يمكن الاستفادة منها علاجياً خارجياً [تهرس الثمار الطازجة، ثم توضع على الأعضاء المحمرة شتاءً من البرد (بلون بنفسجي أو أحمر)] فيوضع المهروس مثلاً على رؤوس أنوف المرضى بواسطة قطنة، تثبت باللاصق (الشرططون)، وتكرر العملية عدة أيام.

• يمكن عمل مرهم من ثمار هذه العشبة، حيث تهرس الثمار الطازجة بعد غسلها جيداً، ثم تخلط (دون تسخين) مع شحم حيواني ـ أو فازلين ـ ويستمر الخلط حتى يتشكل المرهم.

فوائد شاي عشبة الدبق :

الشاي المحضر من هذه العشبة (أوراقها وسيقانها فقط) له فوائد في علاج:

• داء الصرع، والهستريا.

• التشنجات المزمنة.

• تنشيط عمل الغدد، والاستقلاب، والاضطرابات الهرمونية.

• ينفع البنكرياس في علاج مرض السكري.

ويجب في حالة علاج الاضطرابات تلك أن يستمر العلاج طوال /٦/ اشهر أحياناً، وبمعدل ٢ كوب يومياً صباحاً ومساءً.

• كما ينفع هذا الشاي في مقاومة تصلب الشرايين، ومرض السكتة، وربما استمر علاجه هذا مدة / ٦ / أسابيع (بمعدل ٣ أكواب يومياً ـ يقسم إلى ١/٢ قبيل الغداء، ونصف بعده وكوب قبيل وبعد العشاء.

ثم يستمر العلاج ٣ أسابيع أخرى (٢ كوب يومياً) بنفس الطريقة، ثم يلي ذلك شرب كوب واحد يومياً ـ صباحاً ـ مدة أسبوعين.

• شاي هذه العشبة : يوقف نزف الأنف في حالة استنشاقه بارداً، أما في حالة شربه ساخناً: فإنه يوقف نزف الأمعاء ـ في حالة الزنطارية.

• هذا الشاي ينبه القلب وينشط الدورة الدموية وينظمها، ويعالج اضطراب الضغط الدموي (يخفض المرتفع ويرفع المنخفض)، وينظم ضغط الدم، ويهدئ عضلة القلب المختلجة ويقويها.

• كما يعالج مختلف حالات وأعراض ضغط الدم الشرياني (احتقان الدماغ، الشعور بالدوخة، طنين الأذن، اضطرابات الرؤيا، الكسل عن العمل، الصداع) وجميعها يظهر في حالات ارتفاع الضغط.

* أما الدوخة والارتخاء وضعف القوى والارتخاء: فإنه يظهر حال انخفاض ضغط الدم، وعندها يجب شرب (٣) أكواب يومياً مدة (٣ ـ ٤) أسابيع حيث يحضر بنفس طريقة النقع البارد، ويشرب على شكل رشفات.

ومن أجل أمراض القلب وتنظيم الضغط: ينصح بشرب شاي هذه العشبة مدة ٦ أسابيع بأن يتم شرب ٣ أكواب يومياً (٣ أسابيع)، ثم أسبوعين كوبين، ثم بعد أسبوع يُشرب كوب واحد ومرة واحدة في العام فقط.

* ولمتقدمي السن : يمكن شرب كوب واحد يومياً، فترة من الوقت.

للأمراض النسائية :

ينصح بشرب شاي هذه العشبة لمعالجة :

• اضطرابات الطمث، وتخفيف شدة النزف الرحمي عقب الولادة.

• ولمعالجة اضطرابات نفسية ـ عند سن اليأس ـ وما يرافق ذلك من زيادة خفقان القلب، وحالات الهياج، واضطرابات التنفس، والضيق والملل؛ حيث يتم شرب كوب يومياً مدة أعوام؛ فإن لها منافع جمة في تلك الحالات.

فوائد عصير هذه النبتة :

من المفيد شرب العصير الطازج، والمحضر من أوراق وسيقان هذه العشبة في حالات العقم لدى النساء، حيث يتم :

- غسل الأوراق والسيقان الطازجة.
- عصرها بالعصارة الكهربائية.

ثم تملأ العصارة في زجاجات، وتوضع في الثلاجة، ويستعمل منها /٢٥ نقطة/ في ١/٢ كوب ماء ويشرب مرتين يومياً (صباحاً على الريق، ومساءً قبيل النوم).

** النساء اللواتي يعانين من ارتفاع ضغط الدم ويستعملن أدوية لخفضه، وربما ظهر فيهن سرطان الثدي، فإن شرب شاي هذه العشبة له تأثير فعال في هذه الحالة، فينخفض المرتفع، ويرفع المنخفض لديهن.

** فهذا الشاي له فوائد في الوقاية من الأمراض السرطانية، ويمكن استعمال أساس هذه العشبة بدلاً عن العصير (في الصيدليات النباتية).

طرق استعمال هذه العشبة :

أ ـ تحضير شاي منها : حيث يحضر بطريقة النقع البارد، تنقع ملعقة صغيرة من ورق وسيقان هذه العشبة في ١/٤ ليتر ماء بارد ويترك لينحل خلال الليل.

ثم يسخن في اليوم التالي، ثم يصفى ويشرب، بنفس المقادير ويمكن زيادة الكمية (٤ ملاعق لكل ليتر) وهكذا.

تحفظ في (ترمس) بعد تسخينها وتصفيتها.

ب ـ تحضير عصير طازج: تغسل الأوراق والسيقان وتعصر مبللة بعصارة كهربائية، ثم تحفظ في زجاجات في الثلاجة بعد إغلاقها بإحكام.

* * *

الأعشاب السويدية

(خلطة الأعشاب الطبية السويدية)

الأعشاب الطبية السويدية : تتكون من خليط من :

(١٠) غ من عشبة الألوة ـ أو الصبير، حيث تسنخرج من هذه العشبة عصارة مرة تستعمل كمسهل، [وفي حالة عدم وجودها يستعاض عنها بعشبة الجنطيانا أو عشبة الافسنتين] ثم تجفف وتطحن.

(٥) غ من عشبة المر (صمغ راتنجي).

(٠,٢) غ من عشبة الزعفران.

(١٠) غ من عشبة السنامكي.

(١٠) غ من عشبة الكافور ـ الطبيعي.

(١٠٠) غ من جذور عشبة (الريفيتيت = الشيلم = شعير لاقشر له)

(١٠) غ من جذور عشبة الكركم ـ أو الزعفران الهندي.

(١٠) غ من عشبة المن.

(١٠) غ من الترياق الفينيسي.

(٥) غ من جذور عشبة الملاك ـ من فصيلة الخيميات.

• هذه الأعشاب الطبية (وعدد ١١ عشبة طبية) مكونة للمستحضر المسمى بالدواء المر السويدي، توضع للانحلال في ١,٥ ليتر من كحول الفواكه بدرجة تركيز ٤٠% [الكحول الطبي المستخرج من العنب، أو من خل التفاح أو خل العنب] وذلك داخل زجاجة سعة (٢) ليتر، ذات عنق، وتغلق

بإحكام، وتترك مدة /١٤/ يوماً معرضة للشمس، مع إجراء اهتـزاز (خـض) خلال تلك الفترة، وكذا قبيل التصفية أو الترشيح، ثم يتم تحضير هذا الأساس داخل زجاجات صغيرة، ويجب هزها (خضها) قبيل الاستعمال دائماً.

• يتم تصفية وترشيح ما يلزم من هذه الخلطة وفق الحاجة، ويتم حفـظ القسم المصفى في زجاجات صغيرة محكمة الإغلاق، وتوضـع في الثلاجـة، ويمكن حفظ ذلك مدة طويلة.

• يوجد مستحضر مسبق الصنع في معامل الأدوية على شكل سـائل في زجاجة كبيرة، هذا المستحضر يمكن استعماله على شكل نقـاط (مـلء ملعقـة صغيرة + ١/٢ كوب ماء ـ أو شاي عشبي، ويؤخـذ علـى دفعـات ثـلاث في اليوم، ويمكن استخدامه على شكل كمادات مبللة بالمستحضر، توضع فـوق الألم، مع دهنه بمرهم من الأعشاب الطبية وتدليكه قبيل الكمـادات، أو يـتم مسح المكان بمحلول عشبي، وتكرر العملية ٣ مرات يومياً.

كما يمكن استنشاق قطعة مبللـة مـن المستحضـر مـن الأنـف، ويكـون الأنف مفتوحاً لزيادة الكمية، أو يؤخذ من الفم ـ مضمضة ـ ٣ مـرات يوميـاً، أو غرغرة بعد تمديده (ملعقة من المستحضر + ١/٢ كوب ماء، أو من شـاي عشبي، وتكرر العملية (٣) مرات يومياً.

علاج بعض الأمراض بواسطة أساس محضر من خلطة الأعشاب السويدية :

• لعلاج آلام الرأس ـ الدوخة ـ : يتم الاستنشاق عدة مرات يومياً، مع مسح الفقرات الرقبية أو وضع كمادات على الجبين.

• من أجل تنشيط الذاكرة، وزيادة نشاط الجملة العصبية المركزية: يـتم الاستنشاق الأنفي من الأساس السابق عدة مرات يومياً.

• لراحة العيون وتقوية النظر: يتم وضع كمادات ـ غير مبللة إلا قليلاً، تبلل وتعصر ـ على العين كما أن المسح مرة أو مرتين يومياً: يفيد في حالة انتفاخات الجفون أو ما حولها أو البقع المجاورة ـ ويكون المسح خفيفاً.

• وفي حالات تقشر الجلد ـ في منطقة الأنف خاصة ـ وللطفح والبقع الجلدية، فإنه من المفيد مسح المكان عدة مرات يومياً.

• لعلاج حالة التهاب البلعوم، وكذا لتخفيف آلام البلع، ولرائحة الفم: فإن المضمضة ـ أو الغرغرة ـ لها تأثير جيد، ويتم ذلك عدة مرات يومياً.

• من أجل مرض القلاع اللساني، والغشاء المخاطي الفموي : يفيد المسح الفموي ذلك مرات يومياً.

• لآلام البطن وتشنجات المعدة، وطرد الغازات، ومقاومة الإمساك وتسهيل الهضم : يتم شرب ملعقة صغيرة ـ ممددة بالماء ـ يومياً عدة مرات وكذا للمغص الشديد.

• لتخفيف آلام المرارة: يتم شرب ملعقة صغيرة ممددة مرة صباحاً، وأخرى مساءً قبيل النوم مع وضع كمادات على منطقة المرارة.

• لعلاج الاستسقاء: يفيد شرب ملعقة صغيرة ممددة، مرة صباحاً ومرة مساءً (مدة ستة اسابيع).

• لطرح المشيمة لدى المرأة وبشكل أسهل وبأقل آلام ممكنة : تعطى كل ساعة مقدار ملعقة صغيرة ممددة من هذا الأساس.

• لتخفيف آثار الطفح الجلدي، وعدم مرونته، أو المرض المصاحب له : يتم مسح الجلد عدة مرات يومياً.

• لطرد الديدان من الأمعاء الغليظة: يتم شرب ملعقة صغيرة من الأساس، ممدداً يومياً.

• من أجل علاج اليرقان وأمراض الكبد : يتم شرب ملعقة صغيرة من الأساس، ممدداً يومياً.

وكذا لعلاج فقدان الشهية، وهزال الجسم، يتم كما سبق.

• لتخفيف آلام الإرهاق العصبي وحالات الكآبة المفرطة النفسية، ولمقاومة خمول الجسم، والإعياء، وكذا الضغوطات الحياتية النفسية: فإن من المفيد شرب ملعقة صغيرة من الأساس، ممدداً يومياً.

• لعلاج البواسير : كما سبق؛ حيث يتم يومياً ـ عدة مرات ـ مسح منطقة البواسير بالأساس السابق، وكذا توضع قطنة مبللة على منطقة البواسير قبيل النوم.

• في حالة الدوار ـ الدوخة ـ وكذا فقدان الوعي الخفيف: من المفيد صب ملعقة صغيرة مركزة (غير ممددة) في فم المريض.

• لعلاج التشنجات العضلية: يفيد شرب ملعقة صغيرة ممددة يومياً، وبه يتحسن حال العضلات وتزول الآلام تدريجياً.

• من أجل مرض التهاب القصبات الهوائية والجهاز التنفسي والجيوب الأنفية والرشح والزكام: ينفع شرب ملعقة صغيرة ممددة يومياً، وكذا استنشاقه مرات يومياً.

• لتخفيف آلام الطمث الغزير: من المفيد شرب ملء ملعقة صغيرة ممددة، مدة ثلاثة أيام وتكرر العملية عدة مرات، ولعدة دورات طمثية.

• لعلاج آلام داء الصرع، أو عند حدوث نوبة الصرع: يجب إعطاء المريض ملء ملعقة صغيرة غير ممددة من الأساس في الفم، وبعد النوبة يأخذ المريض ملء ملعقة يومياً، ممددة.

• لتقوية الجسم وزيادة نشاطه، وكذا لعلاج حالات الحمى: يتم شرب ملء ملعقة صغيرة ممددة يومياً.

• لعلاج الجروح والتقرحات والحروق الخفيفة: يفيد المسح عدة مرات في اليوم.

وللجروح الملتهبة والقديمة، وغير المندملة، والحروق المتوسطة، يتم مع المسح وضع كمادات؛ لأن هذا المستحضر السويدي يقاوم موت الأنسجة، ويساعد على تخفيف الندبات ويخفف الالتهاب والألم، وكذا حرارة المنطقة الملتهبة.

لمعالجة الندبات ـ وحتى القديمة منها ـ: يتم المسح عدة مرات يومياً، ولمدة طويلة (قد تصل إلى شهرين).

• في حالة الوذمات والكدمات والانتفاخات (في الساقين أو الركبتين أو المفاصل، واليدين والقدمين والظهر، وتيبس العضلات): فإنه من المفيد المسح مرة في اليوم مع كمادات مسائية.

• وفي حالة التهاب الوريد في الساق، والدوالي: ينفع المسح مرة في اليوم صباحاً مع كمادات مسائية.

• وفي حالة فقر الدم: يفيد شرب ملعقة صغيرة ممددة يومياً (ولمدة قد تطول) صباحاً فقط.

• في حالة الروماتيزم والتهاب المفاصل، والظهر: يفيد شرب ملء ملعقة صغيرة ممددة صباحاً ومساءً مع وضع كمادات فوق مكان الألم.

• من أجل علاج تقرن الجلد والمسامير اللحمية: يفيد المسح عدة مرات يومياً، مع كمادات حول المسمار اللحمي، وبعد عدة أيام تسقط لوحدها، أو تضمر، وعندها تزال دون ألم.

• من أجل علاج الأرق وعدم النوم : يفيد شرب ملعقة صغيرة ممددة قبيل النوم.

• لتقوبة القلب وزيادة نشاطه: يتم شرب ملعقة صغيرة ممددة يومياً.

• لعلاج لسع الحشرات: يتم مسح مكان الألم عدة مرات يومياً.

• لتخفيف آلام الشقيقة والأعصاب: يتم شرب ملعقة صغيرة (٢ ـ ٣) مرات يومياً.

• لمقاومة ارتخاء العاصرة الشرجية والمثانة : يفيد شرب ملء ملعقة صغيرة ممددة يومياً، مع وضع كمادات موضعية قبيل النوم.

• لتقوية الجسم وشد العضلات، وزيادة النشاط، والأعصاب، وتنقية الدم ومقاومة الترهل وارتخاء العضلات وتحسين شكل الجسم ولون البشرة، وتحسين لونها وبريقها وحيويتها، ولمقاومة الرجفان في اليد أو الساق ـ والذي يكثر لدى المسنين : ينفع شرب ملعقة صغيرة ممددة مرة صباحاً وأخرى مساءً (مدة من الزمن) حتى يتم تحسن الحالة المرضية.

تحضير شراب ممدد من خلطة الأعشاب الطبية السويدية :

• يتم شرب ملعقة صغيرة من الأساس المحضر ـ كما سبق ـ بعد تمديده بـ ١/٢ كوب ماء أو من شاي عشبي (شاي البابونج مثلاً)، ويشرب صباحاً ومساءً.

• في حالة الأمراض الخطيرة ـ وحتى السرطانية منها : يمكن شرب هذا المستحضر ٣ مرات يومياً، وكمية كل مرة ملعقة كبيرة، تقسم قسمين : قبيل الطعام وبعده (بنصف ساعة).

تحضير كمادات من هذه الخلطة الطبية السويدية :

• حسب مكان الألم المراد علاجه بالكمادات: يتم تحضير قطعة من القطن الطبي، بما يناسب مساحة المكان المعالج، ثم تبلل بالأساس المحضر، ويتم قبيل استعمالها دهن المكان بمرهم محضر من عشبة الآذريون ـ أو أي مرهم طبي ـ له ذات المواصفات، شريطة عدم حساسيته للجلد، بعدها توضع القطعة المبللة بالأساس فوق العضو المعالج.

• ثم توضع قطعة بلاستيك (لزقة طبية) فوقها، غير مهيجة للجلد، وأكبر من قطعة القطن خشية البقع على الملابس.

• بعد ذلك : تلف بضماد ـ قطعة شاش ـ وتترك (٢ ـ ٤) ساعات، أو طول الليل.

• بعد نزع الكمادة : يرش الجلد ببودرة الأطفال.

في حالة ظهور تحسس موضعي: عندها يجب استعمال الكمادات فترة أقصر (ساعتين).

*الجلد الحساس : لا يمكن معه استخدام البلاستيك، ويستبدل بقطعة شاش.

وبكل الأحوال، إذا ما ظهرت حكة شديدة أو حساسية : يجب دهن المكان بمرهم محضر من عشبة الآذريون، أو أي مرهم طبي مضاد للحساسية الجلدية والحكة.

* * *

خليط عشبي من عدة أعشاب طبية

هذا الخليط العشبي الطبي يتكون من الأعشاب التالية:

- عشبة (اللفت الأبيض) أو (لفت النهر)، الأوراق والأزهار.
- عشبة (أذن الدب) ـ رؤوس العشبة المزهرة.
- زهر البنفسج ـ الأزهار والأوراق.
- عشبة(عسل الدب) رؤوس العشبة المزهرة.
- عشبة (الحماض البري) ـ الأزهار.
- عشبة (القريص) ـ فقط من الأعشاب التي تظهر في بداية الربيع، حيث تجفف وتحفظ.
- عشبة (إكليل الجبل) أو (بزر الكتان) ـ الأزهار والأوراق.
- عشبة (الويرونيكية) = زهرة الحواشي ـ الأزهار السيقان، الأوراق.
- الفريز (الأوراق فقط).
- عشبة (العليق) ـ رؤوس شجيرات هذه العشبة.
- التوت ـ رؤوس فروع التوت.
- (التوت الشامي).
- عشبة (الزيزفون) ـ الأزهار على أن تكون قد جنيت تحت الشمس.
- البابونج ـ الأزهار؛ حيث يتم جنيها تحت الشمس.
- عشبة (لحية التيس) = لحية الراهب ـ الأزهار فقط.
- عشبة (الآذريون) ـ الأزهار فقط.
- الزعتر البري ـ الأزهار، السيقان، الأوراق.
- عشبة (المليسة) ـ الأوراق فقط.
- النعناع ـ السيقان والأوراق.
- عشبة (ذيل الفأر) ـ الكمية قليلة، على أن تكون قد جنيت تحت الشمس.

• عشبة (البيلسان) ـ الفروع والأزهار.
• عشبة (الخشخاشة) ـ الأزهار فقط، ويكون جنيها تحت الشمس.
• عشبة (شعر المرأة) ـ الأوراق، السيقان، الأزهار.
• عشبة (البيسية)، رؤوس هذه العشبة، والبراعم، والفروع حديثة النمو.
• العشبة (اللصاقة) أو (تويجة الملكة): الأزهار، الأوراق، السيقان.
• الورد ـ مختلف الألوان، والتي تنمو طبيعياً دون أسمدة كيميائية، أو بأسمدة عضوية حيوانية فقط.

ملاحظة :

• هذه الأعشاب السابقة الذكر تكون قد جنيت منذ بداية ظهورها ـ طازجة ـ ثم تجفف وتحفظ وتخلط بنسب متساوية، ما عدا القليلة منها مثل : (ذيل الفأر)، حيث تحفظ في علبة مستقلة.
• يمكن أن يضاف للخلطة السابقة (القرفة) بكمية قليلة لأجل الطعم والرائحة.
• يتم تحضير شاي ـ من الأعشاب السابقة ـ على الشكل التالي :
ـ /١/ ملعقة صغيرة من الخلطة السابقة.
ـ ١/٤ ليتر من الماء المغلي.
• يترك الشاي هذا فترة للنقع، ولا يجوز غلي العشبة في الماء أبداً، وإنما النقع في ماء مغلي فقط، وتطفأ النار، ويترك لينحل.
• إذا زادت الكمية عن الحاجة، يمكن حفظ الكمية الزائدة في إبريق زجاجي ـ في الثلاجة ـ ويؤخذ ويسخن وقت الحاجة.
• ينصح بأن يؤخذ هذا الشاي الطبي بشكل مستمر ـ روتينياً يومياً ـ بمقدار كوب واحد لأنه مقو ومنشط للجسم بشكل عام.
• يتم تحلية الشاي إما بالسكر، أو بقليل من العسل.

❊ ❊ ❊

نصائح من أجل أمراض مختلفة

من أجل علاج حب الشباب

ينصح بأمور ذات أهمية منها :

- تجنب الأطعمة المالحة، أو التي فيها توابل كثيرة.
- تجنب السلطات الحامضة (ذات الحموضة الزائدة)، والأشربة الحامضة جداً.
- ينصح بتناول اللبن الرائب (المروب ـ العيران)، وكذا اللبن العادي.
- ينصح بتناول شاي عشبة القريص يومياً بمعدل /١/ ليتر.
- وكذا غسل الوجه، ولا يجفف، بل يبقى رطباً، ويمسح الوجه بقطنة مبللة بـ (الخل)، ويكون الخل محضراً من نبتة الجرجار[١] [الجرجير]، ويترك على الوجه لمدة /١٠/ دقائق حتى يأخذ مفعوله وبعد ذلك يغسل الوجه، ثم يجفف.

---

(١) الجرجير : نبتة حولية، حريفة، برية زراعية، يؤكل سلطة.
من أهم فوائده : هاضم، ملين، بزره وماؤه لإزالة النمش والبهق، وداء الحفر، ينقي الدم، وينفع من علل الكبد، والكلى والاستسقاء، والحصى والنقرس، مقو، منبه، مضاد للجراثيم وللأخماج والفطور، وللربو، ولتقوية الجنس.
ويحتوي على : فيتامين ج، ومعادن (كالسيوم، فوسفور) ويعتبر مضاداً حيوياً .
ومنه أنواع مهيجة، مدرة للبول، خافضة للحرارة، كما يحتوي بعضه على الحديد واليود وغيرهما.
انظر في الأعشاب في كتاب (٣١٢ – ٣١٦) ـ قاموس الغذاء (١٤٣).

وهذا الخل يحضر بعد تقشير الجرجار، حيث يوضع داخل زجاجة دون حشر زائد حتى عنق الزجاجة، ثم يصب فوقه خل الفواكه حتى تغطية الجرجار بشكل كامل.

يترك مدة /١٠/ أيام داخل حجرة ذات حرارة معتدلة.

ثم يصفى ويوضع في زجاجة بلاستيكية نظيفة، وأن يكون لها غطاء مثقوب وعند الضغط يخرج الخل منها.

لعلاج مرض السكتة:

بعد الإصابة بنوبة مرض السكتة، وظهور عوارض شلل، ينصح بـ :

أ ـ أن يشرب المريض يومياً /٣/ أكواب من الشاي ـ هذا الشاي محضر من عشبة الدبق ـ الهدال ـ مدة /٦/ أسابيع.

ثم يتدرج بمعدل /٢/ كوب يومياً ـ مدة ٣ أسابيع.

ثم يتدرج بمعدل /١/ كوب يومياً مدة ٢ أسبوع.

يتم تحضير شاي هذه العشبة من :

• ملعقة صغيرة من عشبة الهدال لكل ١/٤ ليتر من الماء البارد، يترك منقوعاً للانحلال خلال ٢٤ ساعة ثم يسخن قليلاً ـ دون غليان، ويصفى، وتؤخذ كمية ساخنة وتوضع في ترمس نظيف.

• ثم يحضر شاي مكون من عشبة (الخشخاش)، وعشبة (الويرونيكة)،

أو من عشبة (زهرة الحواشي) وعشبة زهرة (الخزامى.

أو من عشبة (المليسة)، وعشبة (المريمية).

• تخلط هذه الأعشاب بنسب مختلفة، وتحضر منها شاي بكمية ملعقة صغيرة من هذا الخليط على ١/٤ ليتر من الماء المغلي.

• يترك قليلاً للنقع.

• يشرب من هذا الشاي يومياً بمعدل كوب صباحاً، وكوب مساءً.

ب ـ كما ينصح بوضع كمادات مبللة بمستحضر الأعشاب الطبية السويدية في منطقة الرقبة ـ من الخلف ـ والمناطق التي تعرضت للشلل :

ـ تدلك بأساس محضر من خليط عشبي مكون من :

** مزيج من عشبة ذيل الفأر، والعشبة الخشخاشة.

** وعشبة رجل القطة، أو ركشة العجوز [أو الزعتر البري الأخضر عوضاً عن رجل القطة أو ركشة العجوز].

ـ تخلط بنسب متساوية.

جـ ـ يمكن التدليك بزيت محضر من : الزعتر البري، والعشبة الخشخاشة (بنسب متساوية).

• ويوضعان في زجاجة حتى العنق، ويصب فوقهم زيت الزيتون حتى يغمرهم.

• يترك الوعاء مغلقاً /١٠/ أيام، مع التعريض للشمس.

• ثم يصفى ويوضع في زجاجة أخرى.

• بالنسبة للأساس : يحضر بصب كحول طبي ـ أو كحول الفواكه بتركيز ٤٠٪.

د ـ ينصح بعمل مغطس جزئي ـ بخليط عشبي مكون من (ذيل الفأر + ذيل الحصان) بنسب متساوية، وبمعدل /١٠٠/ غ لكل مغطس جزئي.

• أما المغطس الكامل: فيمكن تحضيره من ٢٠٠غ ـ كما في المغطس الجزئي السابق.

• تترك الأعشاب لهذا المغطس خلال الليل في ماء بارد، ثم تصفى وتسخن وتضاف للمغطس أو الحمام.

• وللتصفية : تجعل الأعشاب في شاشة مربوطة ليلاً، ثم تستخرج وقت الحمام ـ [المغطس]، وتكون الشاشة نظيفة، وفيها نوفر وقتاً للتصفية.

• مدة المغطس الكامل / ٢٠/ دقيقة ـ دون غطس الصدر والقلب والمغطس الجزئي : مدته /١٠/ دقائق.

هـ ـ ينصح بعمل كمادات من أوراق عشبة (لحية الراعي)، مع تسخين الأوراق (على بخار ماء يغلي)، وتوضع في وعاء بعيد عن النار.

• توضع الأوراق في شاشة، وتلف بشكل كمادة على المكان المصاب بالشلل.

• يضع المريض وسادة محشوة من أوراق (السرخس) أو (الخنشار) مساءً عند النوم وتكون مجففة ومن دون سيقان.

• يتمدد المريض على ظهره في هذه الحالة.

ومما ينفع لمرض السكتة والوقاية منها :

• قبل ظهور مرض السكتة: تظهر أعراض مثل : الدوخة، والضجر، وحالات خوف وهلوسة سمعية، مع ظهور بقع في الوجه وتشوهات.

• إن أمكن يتم استدعاء مختص.

• وفي حال التعذر: يستعان ببعض الأمور العامة قبيل أخذ الأعشاب والمستحضرات الطبية مثل :

** الاعتدال في الطعام.

** الخروج للنزهات.

** تجنب التدخين وأجواء دخان السجاير، والكحول والقهوة.

• ينصح بشرب منقوع بارد من عشبة (الدبق = الهدال)، وذلك بـ :

** نقع / ١ / ملعقة صغيرة لكل ١/٤ ليتر - يصفى ليلاً، ويشرب بارداً دون تسخين بمعدل كوب صباحاً وآخر مساءً.

• ينصح بشرب شاي محضر من عشبة المريمية، بمعدل ٢ كوب يومياً.

• ينصح بعمل كمادات (من مستحضر الأعشاب الطبية السويدية)، توضع على منطقة الكلاوي (الكلى) وعلى منطقة الصدر والقلب.

• ينصح بشرب شاي من خليط عشبي (جذور من عشبة حشيشة الملائكة + عشبة ذيل جراد البحر _ [الاربيان] + جذور عشبة الناردين + زهور عشبة الخزامى + عشبة الأصابع الخمس + عشبة المريمية).

تخلط تلك الأعشاب بنسب متساوية، ويؤخذ منها بمعدل ملعقة صغيرة لكل ١/٤ ليتر ماء مغلي.

• يترك هذا الشاي للنقع، ويشرب منه بمعدل (٢ ـ ٣) أكواب يومياً.

من أجل علاج التهاب المفاصل (الروماتيزم) :

أ - ينصح بشرب كوب من شاي محضر من (عشبة ذيل الحصان) قبيل الفطور والعشاء بنصف ساعة.

كما ينصح في اليوم التالي بشرب ٤ أكواب من شاي (القريص)، ويشرب على الشكل التالي :

ـ يشرب نصف كوب، ثم نصفه الثاني يضاف إليه مزيج من الأعشاب الطبية السويدية.

ويشرب بعدها على شكل رشفات.

ـ يحضر نصف الكوب المتبقي ـ الثاني ـ : ملعقة أعشاب صغيرة + ١/٤ ليتر ماء مغلي ثم يصفى.

ب ـ ينصح بوضع كمادات مبللة بمستحضر الأعشاب الطبية السويدية وذلك على المفاصل التي تعاني من الروماتيزم ـ كالركبة مثلا ـ، وتبقى مدة /٤/ ساعات.

- قبل وضع الكمادة : يدهن الجلد بمرهم (الآذريون) أو كريم مرطب.
- ثم توضع بودرة، خشية الحساسية أو حكة الجلد.
- ينصح بوضع ورقة ملفوف أبيض كبيرة مكان الألم، بعد تسخينها، وتربط بشاش.
- يتم التناوب بين كمادة مستحضرات الأعشاب الطبية السويدية، ثم بورق الملفوف.

جـ ـ يمكن تدليك المفاصل بأساس محضر من عشبة (لحية الراعي).

ـ وفي حالات الآلام الشديدة، والالتهاب المفصلي الحاد: يوضع على المفصل المصاب عشبة (ذيل الحصان) المغلية، والموضوعة ضمن قطعة شاش.

- هذه المعالجة تصلح في حال تآكل المفصل، وبعض حالات تكلس المفصل الخفيف، أو في حال صعوبة مد المفصل أو انثنائه، وتطول مدة العلاج /٢/ سنة، مع الكمادات والتدليك وتخف الآلام تدريجياً.

• كما يمكن بهذه الطريقة علاج آلام مفصل الورك ـ من غير فتق مفصلي ـ.

• يمكن استعمال عشبة (قدم الدب = أذن الخنزير) واسمها العلمي اللاتيني : Heracleum Sphondylium

حيث تستعمل كمادات، وهي ذات مفعول أقوى من ورق الملفوف الأبيض في إزالة الألم وتسهيل حركة المفصل.

* هذه العشبة تكثر في المنحدرات والغابات الرطبة الصنوبرية، كبيرة الورق، مسطحة، خضراء، أو زهرية، تؤخذ الأوراق، وتغسل وتهرس، وتصنع منها كمادة، توضع مكان الألم.

د ـ كما ينصح بعمل مغطس جزئي شهرياً، وهذا المغطس محضر من :

• عشبة ذيل الحصان ـ ١٠٠ غ منها، تحل بماء بارد، ثم يسخن الحوض المائي وتضاف العشبة المنحلة إلى ماء المغطس، وتدوم مدة المغطس /٢٠/ دقيقة.

علاج ضمور العضلات بالأعشاب :

• تؤخذ كمية مناسبة من عشبة (رجل القطة = ركشة العجوز) وهي طازجة،

تغسل، ثم تقطع، ثم توضع في زجاجة.

يصب فوقها كحول الفواكة ـ أو كحول العنب ويكون بتركيز ٤٠٪.

• يترك المحضر ١٠ أيام تحت أشعة الشمس، والآنية محكمة الإغلاق، بعدها يتم التصفية في زجاجة أخرى، ويمكن إضافة قليل من الكحول للزجاجة الثانية، لعمل الأساس.

• يستعمل هذا الأساس في التدليك ـ ٣ مرات يومياً ـ في مناطق العضلات المصابة بالضمور.

• كما يتم شرب ٤ أكواب يومياً على شكل شاي محضر من :

ـ عشبة إكليل الجبل.

ـ أو بزر الكتان.

• وذلك على شكل رشفات صغيرة، ويفضل الشاي الطازج، وأما إن كان مجففاً فيكون تأثيره الطبي أقل.

علاج حالات الإجهاض المتكررة:

• من أجل علاج حالات الإجهاض المتكررة يلزم مايلي:

ـ شرب (٢ ـ ٣) أكواب يومياً من شاي محضر من خليط :

* عشبة ذيل الفأر.

* عشبة (إكليل الجبل، أو بزر الكتان).

علاج التهاب الأذن ـ بسبب البرد :

ويتم العلاج بواسطة قطنة مبللة بزيت دافئ، محضر من عشبة (الزعتر البري).

لعلاج بعض حالات أمراض القلب والأوعية الدموية :

يتم تحضير شاي مكون من خليط عشبي :

يؤخذ / ١٠ /غ من عشبة ذنب الحصان + ١٠غ من جذور بقدونس الحقل.

+ ١٠غ من عشبة زهرة العطاس + ٣٠ غ من عشبة العليق.
+ ٢٠ غ من عشبة الدبق – الهدال + ٢٠ غ من عشبة (المتة).
+ ١٠ غ من عشبة الطرخشقون + ١٠ غ من غلاف الفاصولياء.
+ ١٠ غ من عشبة رجل القطة + ١٠ غ من عشبة الطحالب البنية الاشنية.
+ ١٠ غ من عشبة اللفت (السلجم) + ١٠ غ من عشبة جراد البحر ـ ذيل الأربيان
+ ١٠ غ من عشبةذنب الفأر + ١٠ غ من عشبة رجل الإوزة.
+ ١٠ غ من عشبة العضلات الإيرلندية + ١٠ غ من عشبة زنيق الماء.
+ ١٠ غ من عشبة عظمة الأرنب + ١٠ غ من عشبة المليسة.

تخلط الأعشاب السابقة جيداً، ويؤخذ منها بمعدل ملعقة صغيرة في ١/٤ ليتر ماء بارد، تنقع فيه الأعشاب ليلة، ثم يسخن وقت الشرب بمعدل كوب كل صباح ومساء.

يمكن إضافة ملعقة عسل لكل كوب للتحلية.

لعلاج الحصى في المرارة :

• العلاج هنا في حالات الرمل، أو الحصيات الصغيرة جداً، أما الحصى الكبيرة فلا بد لها من عمل جراحي.

• يتم العلاج بـ :

○ شرب عصير الفجل، مدة /٦/ اسابيع بمعدل /١٠٠/ غ من هذا العصير على الريق والمعدة خاوية ـ يتم العصر بالعصارة الكهربائية.

o في البداية تكون الكمية /١٠٠م غ ثم تزاد لتصبح /٤٠٠/ غ.

o ثم يتم نقص الكمية تدريجياً لتعود على ١٠٠ غ خلال الأسابيع الثلاثة التالية.

ملاحظة :

لا يستعمل عصير الفجل في حال وجود التهابات معدية أو معوية.

● يمكن تحضير خليط عشبي مكون من :

ـ مقدار /٢٠/ غ من بقدونس الحقل + ٢٠ غ من اللبلاب.

ـ مقدار /٢٠/ غ من حشيشة الدينار (جنجل) + ٢٠ غ من عشبة الغافث.

ـ مقدار /٢٠/غ نعناع + ٢٠ غ من عشبة الافسنتين.

* الكمية : ـ تؤخذ ٣ ملاعق من هذا الخليط في /١/ ليتر من خل التفاح.

ـ يترك للنقع البارد يوماً كاملاً.

ـ يسخن هذا المنقوع ـ أقل من الغليان ـ ويترك مدة /٣ ـ ٥/ دقائق، ثم يصفى ويشرب منه

بمعدل (٨ ـ ٩) ملاعق كبيرة يومياً ـ وعلى فترات ـ على أن يكون ساخناً.

ـ يتم التسخين للكمية المطلوبة يومياً، وتوضع في ترمس.

● هذا الشراب الطبي : يعالج حالات المغص، والمرارة.

كما يطرح الرمال من الكلى، والحصى الصغيرة.

ويفضل على عصير الفجل، إن كان هناك التهاب في المعدة أو الأمعاء.

لعلاج أمراض العين ـ الماء البيضاء، والماء السوداء :

• هذا العلاج نافع جداً في حال كون الماء الأسود بسبب فشل كلوي، حيث :

* يحضر خليط عشبي مكون من :

ـ عشبة القريص + عشبة الويرونيكا.

ـ عشبة زهرة الحواشي + عشبة الآذريون + عشبة ذيل الحصان.

• تخلط جميعاً بنسب متساوية، وتنقع، ويشرب منها بمعدل /٢ ـ ٣/ أكواب يومياً، ويفضل الأعشاب الطازجة.

• كما يمكن علاج الفشل الكلوي وماء العين بـ :

ـ مغطس من عشبة ـ (ذيل الحصان) بكمية ١٠٠غ من العشبة الجافة.

ـ تترك منقوعة في ماء بارد حتى تكون العشبة مغمورة في الوعاء، وتكون كمية الماء ٢,٥ ـ ٥

ليترات، تترك مدة ليلة.

ـ تسخن في اليوم التالي، وتضاف إلى ماء المغطس / البانيو/ الساخن، دون تسخين شديد، ومدة المغطس /٢٠/ دقيقة، مع التسخين حال برودة الماء.

• تكون منطقة الكلى داخل الحوض (البانيو)، ويبقى الصدر فوق الماء.

• ثم يلف الجسم بواسطة منشفة (برنس)، ثم النوم في فراش دافئ ساعة، حتى يتعرق الجسم، مع دهن الجفون (لعلاج الماء الأزرق) بواسطة ترياق مر سويدي.

• كما يمكن لعلاج المياه السوداء :

ـ /٢٠/ غ من عشبة الناردين + /٢٠/ غ زهر البابونج.

ـ /٢٠/ غ زهر البيلسان.

تخلط هذه الأعشاب جيداً، ثم تؤخذ منها (٣ ـ ٤) ملاعق كبيرة في ١/٢ ليتر ماء ساخن.

تترك الأبخرة تتصاعد لتلامس العينين المريضتين ـ والعينان مغلقتان.

• كما يمكن وضع قطنة مبللة بالترياق المر السويدي على الجفون بعد الغداء مدة ساعة واحدة، وتكون العين مغلقة.

لعلاج حالات مغص والتهاب (الزائدة الدودية) :

يتم شرب شاي محضر من أوراق عشبة (العليق) الطازجة، بمعدل (٢ ـ ٣) أكواب خلال اليوم.

لعلاج الإمساك :

• يتم تناول/ ٣/ ملاعق كبيرة من بزر الكتان عند كل وجبة طعام مع قليل من الماء، أو قبيل تناول الطعام.

• كما يمكن وضع كمية من التين أو الخوخ في ماء بارد (نقعاً)، طوال الليل، وفي الصباح تسخن هذه الكمية وهي في الماء، ثم تؤكل قبيل وجبة الإفطار، وحتى تعتبر وجبة إفطار مناسبة.

• كما تستخدم مياه الينابيع أو الآبار شرباً على الريق [والمعدة خاوية]، وخاصة لساكني الجبال والارياف.

• ومما ينفع لدفع الإمساك: شرب شاي الهندباء البرية والمعدة خاوية، وهذه كفيلة لإزالة أشد أنواع الإمساك.

أو تقطيع وفرم ١/٢ كغ تين + ٥غ من نبتة (السنامكي)، وتعجن جيداً وتجعل مثل المرتديلا وتؤخذ منها كل صباح بمقدار حبة اللوز ـ هذا للبالغين والكبار.

أما الأطفال فيكفيهم ثلث هذه الكمية ـ مثل حبة الحمص.

• كما أن شرب عدة أكواب من شاي (الهندباء البرية) : يعالج السمنة ـ البدانة.

لتقوية ونمو الشعر:

• تؤخذ مجموعة من النباتات :

* قبضة من نبات القريص * وأوراق طازجة من الجوز ـ أو شجرته.

* وأوراق من البتولاء * أوراق من البيلسان.

* وساق واحدة من عشبة التالولة.

• يوضع الجميع في ماء بارد، ثم توضع على نار هادئة حتى قبيل الغليان، ثم تترك دقائق لترقد

بعدها بمدة /٣ ـ ٥/ دقائق يتم غسل الشعر بصابون طبي ـ شامبو ـ

ثم تضاف ١/٢ الكمية مع الشامبو.

ثم يشطف الشعر بالماء العادي ـ من الصنبور.

ثم تصب نصف الكمية الباقية فوق الشعر ـ الرأس ـ ويفرك الشعر وجلدة الرأس قليلاً.

ويترك هذا المحلول لكي يتفاعل مع الشعر وجلدة الرأس قليلاً ـ عدة دقائق ـ ودون شطف الشعر مرة أخرى بالماء، ثم يجفف الشعر جيداً.

من أجل رائحة الفم :

• تخلط نسب متساوية من :

ـ قشر شجر السنديان.

ـ العشبة المتجعدة.

ـ عشبة المريمية.

• وتخلط بشكل جيد، وتترك منقوعة في ماء بارد خلال الليل، ويتم خلط ملعقتين صغيرتين في ١/٢ ليتر ماء في الصباح.

• ثم يصفى ويسخن، ويتم عمل مضمضة وغرغرة منه عدة مرات، وذلك بمعدل (٢ ـ ٣) مرات يومياً؛ من هذا المنقوع الدافئ.

لعلاج مرض (السكري) :

يتم العلاج بمايلي :

• تؤخذ أوراق نبتة (عنب الدب)[1] بشرط أن تكون قد تم جنيها قبل النضوج، لأنها في هذه الحالة تحتوي على مادة لها قدرة على خفض سكر الدم، ولها تأثير علاجي على البنكرياس، ويتم العلاج بإشراف طبيب مختص.

---

(١) عنب الدب = عيسران، ذات أهمية طبية تكثر في الأماكن الباردة والأحراج الصنوبرية، تحتوي على مواد مدرة للبول، وقابضة ومضادة الالتهاب.
انظر معجم النباتات (٢٧٧)، الأعشاب في كتاب (٦٢٩).

• تحضر /٤/ ملاعق من الأوراق في ليتر ماء بارد (نقعاً).

يتم الغليان بشدة حتى يتبخر نصف الماء.

بعدها يتم شرب كوب واحد من هذا الشاي / ٣ مرات يومياً /.

• كذلك فإن أكل الثوم، والبصل، والخضار، والكرفس، وعصير الجزر الطازج كل هذا يساهم في خفض سكر الدم.

• لمعالجة السكري، والبنكرياس :

* تؤخذ جذور عشبة (زنبق الماء) بمقدار /١/ ملعقة في ١/٤ ليتر ماء بارد نقعاً خلال الليل.

* في الصباح يتم تسخين المحلول ويصفى ويشرب بمعدل/٦رشفات/ يومياً [رشفتان عند كل وجبة طعام؛ قبلها وبعدها].

• شاي البيلسان (أوراق وفروع النبتة) لعلاج السكري.

• سلطة عشبة الطرخشقون: يتم جني العشبة بداية الربيع طازجة، تحضر مع جذورها وتغسل وتقطع وتؤكل السلطة غداءً وعشاءً.

أو تؤخذ أزهار النبتة، لعمل حمية مدتها /٤/ أسابيع، حيث يتم جني السوق المزهرة والأزهار وتغسل، ثم تنزع الأزهار، وتكون كمية ما يؤكل يومياً /١٥/ ساقاً.

• شاي (عشبة الدبق ـ الهدال) : له تأثير جيد على البنكرياس، تترك العشبة منقوعة في ماء بارد ليلاً بعدها تؤخذ [بمعدل ملعقة لكل ١/٤ ليتر ماء بارد]، وتصفى وتشرب باردة، دون تسخين، يشرب منها يومياً /٣/ أكواب لمدة ٣ أسابيع، وبعدها تخفف الكمية إلى كوبين ثم إلى كوب واحد، وأفضل الأزمنة لاستخدام هذه العشبة هو آذار ونيسان.

ومما يساهم في علاج مرض السكري :

○ الترياق المر السويدي، حيث تؤخذ ملعقة من أي شاي عشبي لتخفيف مرارة هذا الترياق، ثم تضاف /٢ ـ ٣/ نقط منه في الملعقة (٣ مرات يومياً).

○ جذور الهندباء البرية: حيث تنقع في الماء لتخفيف المرارة منها، وتغسل وتؤكل على شكل سلطة، ومعلوم أن سوق وأزهار الهندباء هذه تنفع في علاج السمنة، والتي تسبب السكري بكثرة.

يتم شرب كوب واحد يومياً من هذا الشاي.

• تؤخذ كمية من الخيار، وتعصر بالعصارة، هذا العصير مفيد جداً في علاج السكري.

• أكل عشبة (ذات الجذور السوداء)، وكذا عشبة (الهليون) بعد الغسل الجيد، وتقطيعها، وبعدها توضع على الخبز مع الزبدة.

لعلاج الآلام الناتجة بعد العمليات الجراحية (كالبتر) :

تظهر آلام مبرحة بعد عمليات البتر ـ وخصوصاً الرجل ـ وتعالج بـ :

• كمادات محضرة من عشبة (لحية الراعي).

• أو باستعمال بصل مقطع دائرياً في زجاجة، وفوقه كحول (فواكه، عنب) بتركيز ٤٠%، ويترك مدة /١٠/ أيام معرضاً للشمس، ثم يصفى ويوضع في زجاجة أخرى.

يدهن مكان الألم من هذا المحضر الطبي.

• يمكن شرب شاي محضر من جذور نبتة (السوسن)، المستخرجة من الأرض في تشرين الأول، تغسل جيداً وتجفف، ثم تطحن على شكل مسحوق (كالبن).

• بعدها تؤخذ ١/٣ ملعقة في ١/٤ ليتر ماء بارد، ينقع ليلاً، ثم يشرب منه ٢ كوب يومياً على شكل رشفات صغيرة بعد تحريك المنقوع.

• يمكن عمل مغطس جزئي للجزء المبتور ـ المريض، محضر من زعتر بري (قبضة لكل مغطس).

وكذا عمل وسادة من (زعتر بري + رجل الذئب) توضع ليلاً على مكان الألم (١٥٠ غ من الخليط) في الوسادة المحضر من الكتان.

علاج الوذمات والانتفاخات الناتجة عن احتباس السوائل المصلية داخل الأنسجة الرخوة:

ويتم العلاج بـ :

• جذور عشبة (عظمة الأرنب)، ١/٤ ليتر من الماء البارد، يترك منقوعاً خلال الليل في الثلاجة.

في الصباح يسخن ويصفى، ويشرب قبل الفطور بنصف ساعة، وبعده كذلك.

• شاي جذور (البيلسان)، من قشر الأغصان أو الجذور.

ملعقة من القشر في ١/٤ ليتر ماء بارد، يترك ليلاً في الثلاجة، وصباحاً يضاف ١/٢ كوب ماء بارد.

ثم يسخن الناتج، ويصفى، ويشرب بمقدار ١/٢ كوب بعد كل وجبة طعام (٣ مرات يومياً).

ملاحظة : يجب عدم الزيادة عن الكمية المحددة خشية الإقياء أو الإسهال.

لعلاج انتفاخ الرئتين:

- يتم شرب كوب واحد صباحاً من شاي (رجل الذئب).

وخلال الليل : توضع كمادات مشبعة بأبخرة عشبة (ذنب الحصان) (تؤخذ قبضة من العشبة فوق شبكة تحتها ماء يغلي، ومن الأبخرة المتصاعدة تتشبع العشبة، وتصبح طرية.

ثم توضع داخل قماشة من الكتان، وتوضع على الصدر (فوق الرئتين).

لعلاج (داء الحمرة) ـ الإحمرار ـ :

**[الحمرة ـ الإحمرار : داء يسببه التهاب موضعي، وله أشكال عدة]، ويتم علاجه كمايلي:

- تؤخذ أوراق طازجة من عشبة (لفت النهر[1] = عشبة لسان الجارة = درقة الدجاجة)، تغسل جيداً، وتسحق وتهرس.

يوضع المهروس على مكان الإصابة ـ الإحمرار.

- يمكن تحضير منقوع حار من أوراق هذه العشبة، حيث تقطع هذه الأوراق وتوضع في ماء مغلي ويبقى مدة، ثم يبرد ويصفى.

---

(١) هذه النبتة تسمى (الدرقة العجراء Scrophularia Nodosa = قسطران الماء الأعجر، نبات دوائي يشبه كف الثعلب.
علاج جلدي، خطر، لا يؤخذ إلا بإشراف طبي، بري معمر.
للبواسير والقروح والحروق والجروح والأورام والأكزيما.
انظره مفصلاً في الأعشاب في كتاب (٤٤١).

يتم عمل كمادات رطبة مبللة بهذا المنقوع، وتوضع على المناطق المصابة.

• يمكن عمل كمادات من (أوراق الملفوف) فإن لها تأثيراً جيداً على الأورام والالتهابات الجلدية.

• عصير أوراق عشبة (الأذن المستعارة) والمساة باللاتينية Sempervivum Tectorum = (حرشف السطوح)[٢]، يتم العصر بالعصارة الكهربائية، ومن العصارة يؤخذ الناتج ويمسح به المكان الملتهب.

• يمكن أيضاً شرب كوب من منقوع (عشبة الويرنيكة) = زهرة الحواشي، وذلك قبيل الفطور بنصف ساعة.

وبقية اليوم يمكن شرب (٣ ـ ٤) أكواب شاي (القريص) على شكل رشفات صغيرة.

** هذا العلاج إضافة إلى الكمادات السابقة، والمسح؛ لأنها أساسية.

علاج الخزب[٣]

• في بعض الحالات التي يكون الخزب صغيراً، يستعاض عن الختان بالمغاطس.

• حيث يتم إضافة /٢٠/ غ من كبريتات البوتاسيوم بتركيز ١٠% (موجود في الصيدليات) وحيث يكون ماء المغطس دافئاً وليس حاراً، وبعد

---

(٢) يسمى : سلبين = شوك الحمير = عكوب

(٢) الخزب : ورم الجلد، وورم الذكر للأطفال خاصة، وتجاوزاً يطلق على ذكر الطفل الصغير.

الإضافة نقوم بشد الخزب قليلاً، ثم نقوم بعمل مغطس /٢٠ دقيقة /، ويعمل المغطس مرتين أسبوعياً.

• تبدأ النتائج بالظهور بعد (٤ ـ ٥) مغاطس، وإلا فإننا نضطر لعمل الختان جراحياً، هذا العمل مفيد لمن بلغ /٤ ـ ٧/ سنوات.

• يمكن أيضاً عمل مغطس من عشبة الخبيزة، حيث يضاف ملء قبضة منها لكل مغطس، وقبل الإضافة : تنقع الخبيزة في ماء بارد ليلاً، ثم في الصباح تضاف إلى ماء المغطس.

علاج الناسور[٤]

• يمكن شرب /٣/ أكواب يومياً من شاي (زهر البابونج)، أو (عشبة القريص) + ملعقة من الترياق المر السويدي (صغيرة أو كبيرة، حسب شدة الناسور).

• يتم عمل غسولات بمنقوع دافئ، محضر من خليط من :

(عشبة ذيل الحصان) + عشبة فم أسد الحقل [ذات اللون الأصفر] بمقادير متساوية.

بعد غسل الناسور: توضع كمادة مبللة بترياق مر سويدي ويتم مسح منطقة الناسور بقطنة مبللة بالترياق.

• يمكن عمل مغطس جزئي بوضعية القعود في حال كان الناسور في منطقة الحوض، ويحضر من عشبة ذنب الحصان.

• خلال الليل توضع كمادات مشبعة بأبخرة هذه العشبة على الناسور، ويستمر العلاج مدة /١٤/ يوماً، وإذا لم تظهر النتائج فلابد من عمل جراحي.

---

(٤) الناسور: قرحة تظهر على شكل أنبوب في فتحة المقعدة ويستعصي شفاؤها.

علاج (الغدة الدرقية) :

- تعمل غرغرة عدة مرات في اليوم، وذلك بمنقوع محضر من :

العشبة اللصاقة [أو تويجة الملك].

- كما يتم شرب منقوع هذه العشبة أحياناً، وبشكل رشفات قليلة.

علاج الزكام الناتج عن التحسس للعشب المجفف. التبن :

لعلاج هذا الزكام التحسسي المنشأ : يشرب شاي محضر من عشبة القريص بمعدل /٣ ـ ٤/ أكواب يومياً.

+ يضاف إلى الشاي /٣ ـ ٤/ ملاعق ترياق مر سويدي [حسب شدة الزكام].

لعلاج ورم الأوعية الدموية :

- يتم تحضير أساس مكون من :

ـ أوراق شجر الأرز ـ أو السرو ـ تغسل وتقطع صغاراً، وتوضع في زجاجة.

ـ يصب فوقها كحول طبي ـ أو كحول (الفواكه ـ العنب) بتركيز ٤٠%.

ـ يترك /١٠/ أيام معرضاً للشمس.

ـ بعدها يصفى، ويحفظ في زجاجة.

- هذا الأساس يمسح به مكان ورم الأوعية الدموية / ٣ / مرات يومياً.

- يمكن عمل عصير من نبات (الأذن المستعارة = حرشف السطوح) والمسح به مكان الورم.

- ويمكن عمل عصير محضر من نبات (الآذريون) بالعصارة الكهربائية.
- يمكن المسح بقطنة مبللة من (الترياق المر السويدي).
- هذه المسوحات تنفع بقع الجلد البنية ـ مع تقدم العمر ـ كالبهاق الخفيف، وذات الحجوم الصغيرة.

علاج (مرض الناعور)[1]

لعلاج مثل هذا النزف الخطير :

- نأخذ أعشاباً بكميات متساوية [عشبة الويرونيكة + زهرة الحواشي + ذيل الحصان + ذنب الفأر + إكليل الجبل ـ أو بزر الكتان + رجل القطة].
- تخلط هذه جيداً.
- يحضر شاي من تلك الخلطة، [ملعقة صغيرة، ٤/١ ليتر ماء مغلي].

لا يجوز غلي الشاي، بل توضع فوق ماء مغلي وتطفأ النار.

- يتم الترقيد (٢ ـ ٣) دقائق.
- يشرب من هذا الشاي (٤ ـ ٦) أكواب يومياً.
- يمكن عمل مغطس لمدة /١٤ يوماً / [كمية من الأعشاب ١٠٠غ، تنقع في ماء بارد ليلة، ثم تسخن وتصب في المغطس بحرارة معتدلة، ومدة المغطس ٢٠ دقيقة].

---

(١) الناعور: نزف دموي لا يسكن ولا يجف، ويؤدي فقد كمية كبيرة من الدم، وغالباً هو وراثي، ويسببه سوء تخثر الدم أو عدم تخثره إلا قليلاً ومما ينفع فيه:
أكل السبانخ، والبصل الأخضر، والملفوف الأخضر، البازلاء، الجزر، البندورة، الفريز البري.
انظر : الطب الشعبي (٩٢)

علاج تهدل ـ أو هبوط ـ الرحم :

أ ـ يتم تحضير شاي من عشبة (إكليل الجبل) أو (بزر الكتان).

ويشرب منه ٤ أكواب يومياً [على شكل رشفات صغيرة].

وتحضر الشاي من :

ملعقة صغيرة من العشبة، ١/٤ ليتر من الماء المغلي [تطفأ النار بمجرد وضع العشبة في الماء، للحفاظ على

خواصها الطبية طرية طازجة].

يترك الشاي ليرقد عدة دقائق، ثم يصفى ويشرب منه.

ب ـ يمكن عمل أساس من عشبة (رجل القطة = ركشة العجوز)؛ حيث تقطع قطعاً صغيرة ـ الساق والأزهار

ثم توضع في زجاجة حتى العنق، ويصب فوقها كحول طبي (أو كحول الفواكه ـ العنب)، بتركيز ٤٠ %. ويترك مدة /١٠/ أيام معرضاً للشمس، ثم يصفى ويوضع في زجاجة أخرى.

يستخدم هذا الأساس مسحاً على المهبل (٢ ـ ٣) مرات يومياً ـ صعوداً إلى أعلى المهبل مع التدليك.

حـ ـ يمكن عمل مغطس (٣ مرات أسبوعياً)، محضر من عشبة (ذنب الفأر) [كما سبق شرحه] ويحضر من /١٠٠/ غ من العشبة في ماء بارد ليلة، ثم يضاف المنقوع إلى المغطس وتكون مدة الاستحمام /٢٠/ دقيقة.

علاج حالة فقدان الشهية. لدى الأطفال خاصة :

• يُعمل مغطس محضر من عشبة (الزعتر البري)، حيث يُوضع /٥٠/ غراماً منها في وعاء ماء بارد ـ ليلة كاملة ـ للنقع.

• ثم في اليوم التالي: يسخن المنقوع ويضاف إلى ماء المغطس ـ ذي الحرارة المناسبة ـ وتكون مدة المغطس /٢٠/ دقيقة، والصدر خارج الماء.

• كما يلزم شرب كوب من شاي (القريص) يومياً ـ على شكل رشفات صغيرة طوال النهار.

من أجل علاج (سلس البول) :

تعني كلمة سلس البول : عدم القدرة على الاستمساك، والتبول اللاإرادي.

لعلاجه يتم مايلي:

أ ـ مغطس جزئي ـ دون الصدر ـ من عشبتي : ذنب الفأر + ذيل الحصان.

(توضع ١٠٠ غ من العشبتين بالتساوي، لكل مغطس جزئي ـ كما هو موضح سابقاً).

ب ـ شرب ٤ أكواب من شاي (إكليل الجبل أو بزر الكتان).

جـ ـ عمل تدليك لمنطقة المثانة بأساس محضر من عشبة (رجل القطة = ركشة العجوز).

د ـ مغطس جزئي من عشبة رجل القطة (١٠٠غ منها لكل مغطس).

هـ ـ عمل مغطس جزئي من (ماء + ملح) فقط ويكون مساءً.

من أجل علاج الالتهابات المتقيحة للأظافر :

وكذا لتقوية الأظافر الضعيفة وتحسينها، يتم عمل مايلي:

- مغطس، من عشبة (الخبيزة) حيث تضاف كمية /٥٠/غ لكل مغطس.
- يتم عمل مغطس جزئي للأيدي والأرجل مدة /٢٠/ دقيقة.
- يتم دهن الأماكن المصابة بمرهم محضر من عشبة (الآذريون).

وتوضع فوقها كمادة مبللة من (الترياق المر السويدي).

لأجل تقوية وتحسين الأظافر الضعيفة :

- تدهن الأظافر بعصير البصل، أو عصير عشبة (رجل الصوص).
- تفرك الأظافر (٢ ـ ٣) مرات يومياً بالبصل، بعد تقطيع البصلة نصفين ـ وكذا تفرك ببقايا البصل بعد عصرها بالعصارة.

ملاحظة : النتائج لا تظهر سريعاً، لذا لا بد من استمرار فترة العلاج.

لعلاج استمرار (دمع العين) :

تحضر خلطة عشبية مكونة من :

- /١٠/غ عشبة الناردين [أو الفاليرين] + ١٥غ قرنفل صغير، أو شبيه القرنفل.
- /١٠/غ عشبة الليلك + ١٠غ إكليل الجبل ـ أو بزر الكتان.
- /٢٠/ غ عشبة زهر البابونج.

تخلط هذه الأعشاب جيداً، ثم توضع منها كمية /١٥/ غ في ١/٢ ليتر ماء بارد ـ تترك ليلة للنقع، ثم تسخن في اليوم التالي ـ حتى قبيل درجة الغليان قليلاً، ثم تترك لترقد مدة (٣ ـ ٥) دقائق، ثم تصفى، وتبرد قليلاً، وتوضع على العيون وهي دافئة، والعيون مغلقة.

ـ تكرر العملية عدة مرات خلال ١/٢ ساعة، بعدها توضع على العين قماشة جافة، والعين مغلقة وتبقى هكذا في حالة راحة تامة.

لعلاج آلام (العمود الفقري) :

• يدهن العمود الفقري من الأسفل صعوداً إلى الأعلى ـ بمرهم محضر من العشبة اللصاقة (بتلة أو تويجة الملكة)، مع التدليك اليسير.

• عمل تدليك بأساس محضر من خليط عشبي مكون من :

ذنب الفأر + لحية الراعي (جذورها)، وهما بنسب متساوية وزناً.

• عمل مغطس كامل، محضر من خليط عشبتين:[زعتر بري+ذنب الفأر].

لعلاج «غزارة الطمث»

يشرب كوب واحد على الريق ـ والمعدة خاوية، من منقوع خليط عشبي مكون من :

• مقدار /٢٥/غ زهر عشبة العطاس + /٢٥/غ من عشبة ذنب الفأر.

• مقدار /٥٠/غ جذور عشبة الناردين ـ أو الفاليريان + /٢٥/غ من عشبة المريمية.

• مقدار /٢٥/غ من عشبة ذات العضلات الايسلندية + /٢٥/غ من عشبة المليسة.

تخلط جيداً، وتؤخذ ملعقة صغيرة تضاف إلى ١/٤ ليتر من ماء مغلي [قبيل الغليان]، ويبقى ليرقد (٣ ـ ٥) دقائق ويشرب هذا المنقوع الحار ـ الشاي ـ بشكل مستمر حتى يتم تنظيم الطمث.

وينصح بشربه في حال عسر الطمث والألم، حيث تخفف كثيراً من آلام الطمث، وتعطي شعوراً بالراحة والانتعاش.

تستمر هذه المعالجة /٤/ أسابيع، حيث يطرأ التحسن الملحوظ، وربما طالت المعالجة سنوات.

لعلاج رائحة الأنف واللسان المتسخ أو المتكدر:

• لإزالة رائحة الأنف المتسخ الكريهة عند الزفير: يستنشق تقريباً يومياً بشاي محضر من عشبة (المريمية)، ومن بخار تلك الشاي الدافئ.

• ولعلاج اللسان المتسخ: يمكن المضمضة ـ صباحاً ومساءً، مع المسح بقطعة مبللة بشاي دافئ، محضر من العشبة اللصاقة (تويجة الملكة)، أو المريمية.

• أو يتم علاج اللسان بالمضمضة بأساس نبتة (المرو)[1]، وهو على شكل صمغ،

ويتم تحضيره بـ (٣٠ ـ ٤٠) نقطة من النبتة في ١/٢ ليتر ماء دافئ.

---

(١) نبتة المرو = حبق الشيوخ = مردكوش مبذول، نبتة معمرة في منطقة البحر المتوسط مسكنة، مطهرة، مضادة للتشنج وللسعال والبلغم، ومنشطة.
انظر: ألف باء العلاج بالأعشاب (١٦١).

لعلاج التهاب (الكلى) ـ الكلاوي ـ المتقيح وغير المتقيح :

أ ـ ينصح بشرب شاي محضر من أحد الأعشاب :

ـ خيوط الذرة الصفراء ـ الذنب.

ـ عشبة الحمَّاض البري.

ـ عشبة القريص ـ الأصفر أو الأبيض.

ب ـ عمل مغطس، محضر من عشبة (ذيل الحصان).

ملاحظة : على أن يكون الصدر خارج الماء.

لعلاج آلام (أعصاب الوجه) :

● يتم جني أزهار البابونج، وذنب الفأر، والزعتر البري.

ويتم ذلك في وضع الشمس [حيث تنتج طاقة أكبر من الزيوت الطيارة، ويكون لها تأثير علاجي فعال عال].

تؤخذ تلك الأزهار الطازجة، وتوضع في كيس قماشي، ثم يوضع فوق منطقة الألم ـ الجزء المصاب.

● كما يتم شرب شاي محضر من تلك الأعشاب السابقة (٤ أكواب يومياً)، على شكل رشفات صغيرة.

● كما يتم غسل الوجه بمنقوع دافئ ـ محضر من عشبة القريص، ويفرك المكان المصاب بهذا المنقوع، ويوضع على المكان المصاب كيس صغير قماشي مملوء بعشبة (رجل الذئب)، وهذه العشبة تكون مقطعة قطعاً صغيرة، وخاصة في حال ظهور ألم تشنجي في الوجه.

• كما يمكن وضع كمادة مبللة من (الترياق المر السويدي) ـ وعلى الوجه حال الاستلقاء.

• كما يمكن شرب شاي، مكونة مما سبق + ملعقة صغيرة من الترياق المر السويدي.

لعلاج الترسبات الحصوية والرملية في الكلى والمثانة :

يتم العلاج بأحد الطرق التالي:

• إضافة أساس من عشبة القريص [عدة نقاط] + شاي [من أعشاب طبية]، تشرب على شكل رشفات صغيرة.

• مغطس محضر من عشبة ذنب الحصان ـ والصدر خارج الماء ـ مع شاي من نفس العشبة، وهذا يساهم في طرح الرمال خاصة.

• شاي محضر من عشبة (قلنسوة الوقواق) أو عشبة (الغافث)، لأن هذه العشبة تساهم في طرح الرمال والحصيات الصغيرة.

• شرب منقوع خليط عشبي دافئ، مكون من :

/٢٠/ غ عشبة الغافث، + /٢٠/غ عشبة (عظام الأرنب)، + /٢٠/غ من عشبة رجل القطة، +/٢٠/غ أوراق البتولا، أو شجر القضبان.

لعلاج الداحس. أو التهاب الإصبع القيحي :

• يتم عمل مغطس جزئي للإصبع، مكون من منقوع عشبة البابونج في ماء ساخن، ولمدة ١/٢ ساعة ثم تلف الإصبع بضماد، وتحتها كمادة من مهروس (بزر الكتان).

• عندما ينفتح مكان التقيح: يجب عمل حمام موضعي للداحس مكون من منقوع البابونج، بعدها توضع كمادة قطنية مبللة بزيت (الخشخاش).

علاج داء الرجفان. مرض باركينسون

• تجنى أوراق عشبة (الحماض) البري، ثم تغسل، وتعصر بالعصارة الكهربائية.

ـ ثم يؤخذ العصير ويضاف إلى كوب شاي ـ محضر من عشبة ذنب الفأر، (٣ ـ ٥) نقاط.

ـ يشرب من (٤ ـ ٥) أكواب يومياً.

• يتم تحضير هذا الشاي من :

ـ ملعقة صغيرة من أزهار عشبة ذنب الفأر إلى ١/٤ ليتر ماء مغلي، ثم يرقد مدة (٣ ـ ٥) دقائق.

• يتم تدليك العمود الفقري بعصير محضر من عشبة الحماض البري الطازج.

• ويتم تدليك العمود الفقري بأساس محضر من عشبة ذنب الفأر [أزهارها]، التي تجنى في ضوء الشمس، وتترك منقوعة في كحول طبي [فواكه، عنب]بتركيز = ٤٠%.

يترك /١٤/ يوماً تحت الشمس.

• أثناء العلاج :

توضع كمادة مبللة بـ (ترياق مر سويدي) في منطقة القحف ـ خلف الرأس، لمدة /٤/ ساعات.

• في حالة كان الرجفان مصحوباً بتيبس وتخشب في الأطراف :

عندها يلزم عمل مغطس كامل، محضر من عشبة (الزعتر البري) بكمية = ٢٠٠غ من هذه العشبة لأجل كامل المغطس.

علاج داء الصدف[١]

• إذا كانت هناك اضطرابات وظيفية للكبد، تتسبب في داء الصدف، وخاصة المزمن؛ عندها يجب اتباع حمية خاصة، حيث يجب الامتناع عن تناول :

السجق والبسطرمة، الصاصيجو، اللحم المدخن، والمشوي.

وشوربات اللحم، والحمضيات [كالليمون واليوسفي والبرتقال، والغريفون، والرمان الحامض، والخل

والخمور، وماء الحصرم، والفواكه وعصيرها، والقهوة، والشكولا، والكاكاو، والعسل ومعلبات السمك

والسردين، واللحم المعلب، والفاصولياء، والبازلاء، والعدس، والحمص، والفول.

• ويمكن أكل :

مشتقات الحليب غير المعلبة- الطازجة مثل : الجبن الابيض، واللبن والحليب، والسلطات غير الحامضة، والعيران، واللحوم الخفيفة كالدجاج، والمسلوقة خاصة، والسمك الطازج، وبعض الخضار الخفيفة.

ويمكن أكل (كومبوت التفاح) يومياً، وهو المحضر في البيت، وليس المعلب، لتعويض نقص الفواكه الطازجة.

• يجب شرب شاي محضر من خلطة عشبية وهي :

/١٠/غ من قشر شجر السنديان + /٣٠/غ من قشر شجر الصفصاف.

/٤٠/غ من عشبة (لحية الراهب) + /٢٠/غ من عشبة الدخان.

---

(١) داء الصدف: داء جلدي، ويعالج كذلك بنبات (جذور الخروب).

/٢٠/غ من قشرة الحوز + /٣٠/غ من عشبة التالولة (ذات التآليل).

/٥٠/غ من عشبة القريص + /٣٠/غ من عشبة الويرونيكة (زهرة الحواشي).

/٣٠/ غ من عشبة الآذريون + /٢٠/غ من عشبة ذنب الفأر.

● تخلط هذه جيداً، ثم يؤخذ منها بمعدل ملعقة صغيرة في ١/٤ ليتر ماء مغلي، ويترك (٣ ـ ٥) دقائق ليرقد، والأفضل أن تكون هذه الأعشاب طازجة، ويتم شرب (١,٥ – ٢) ليتر يومياً على شكل رشفات صغيرة.

● يمكن دهن الأماكن المصابة بداء الصدف مرتين يومياً ـ صباحاً ومساءً ـ بمرهم محضر من عشبة (التالولة)، الطازجة، بعد غسلها وعصرها وخلطها بالفازلين بنسبة /٥٠/ غ فازلين لكل ٥غ عصارة العشبة ويحفظ المرهم في الثلاجة.

● كما يمكن تحضير مرهم من عصير عشبة (الخبيزة) الطازجة.

● يجب عمل مغطس كامل من منقوع عشبة (قلنسوة الوقواق).

ملاحظة :

● في حال وجود حكة خاصة : يجب عندها عمل مغطس كامل، محضر من خليط عشبي، مكون من عشبتي : الخبيز + ذيل الحصان.

* حيث تخلط بنسب متساوية.

* ثم توضع كمية /٢٠٠ /غ من هذه الخلطة في وعاء ماء بارد للنقع ليلاً، وفي اليوم التالي تسخن قليلاً،

* ثم تضاف للمغطس الدافئ، ومدة المغطس = ٢٠ دقيقة ويبقى الصدر خارج الماء.

• جميع هذه المغاطس والمراهم: تفيد في حالات الالتهابات الجلدية، ذات المنشأ العصبي، كما تعطي مظهراً ناعماً للجلد ـ للجسم والوجه، وتحسن شكل الجسم والوجه.

• وتدوم فترة العلاج (٣ ـ ٤) أشهر وفيها يتم تحسن الجلد.

• بعد الحصول على نتائج جيدة؛ من الأفضل الاستمرار في العلاج مدة (١ ـ ٢) أسبوع حتى تظهر تلك النتائج.

• كما يمكن عمل غسولات ومراهم على الرأس والشعر في حالة إصابة هذه المناطق أيضاً، وكذا لمختلف حالات هذا المرض وأنواعه.

من أجل تحسين التحصيل الدراسي لدى الطلاب، وزيادة قدرة الاستيعاب:

ينصح بشرب /٢/ كوب يومياً، من شاي محضر من عشبة القريص، والأفضل أن تكون طازجة.

+ مضافاً إلى الشاي / لكل كوب ملعقة صغيرة من الترياق المر السويدي.

لعلاج تصلب الصفيحات[1] ـ أو اللويحات العصبية:

• يتم تحضير أساس من عشبة (رجل القطة ـ أو ركشة العجوز).

حيث تؤخذ كمية من العشبة، وتغسل وتقطع، وتوضع في زجاجة حتى العنق، ويصب فوقها كحول طبي أو (فواكه ـ عنب) بتركيز ٤٠%، ويترك /١٠/ أيام تحت الشمس.

---

(١) أي : الشلل الخفيف أو المؤقت، أو تيبس العضلات

ثم تصفى الكمية، وتوضع في زجاجة.

** ويجب عمل التدليك بأساس هذه العشبة يومياً (٢ ـ ٣) مرات في المناطق المصابة.

** ويجب شرب /٤/ أكواب، محضرة من شاي محضر من عشبة (إكليل الجبل، أو بزر الكتان) + شرب /٢/ كوب من شاي المريمية، على شكل رشفات صغيرة.

• والأفضل إضافة (٣ ـ ٥) نقاط أو قطرات (لكل كوب شاي) من عصير عشبة الحماض البري الطازج بعد غسلها وعصرها بالعصارة الكهربائية، وعصير العشبة من أوراقها الرطبة.

• يمكن عمل تدليك للمناطق المصابة، بزيت عشبة الخشخاشة أو البابونج أو الزعتر البري، حيث يتم جني الأزهار في ضوء الشمس، ثم توضع في زجاجة حتى العنق، ويصب فوقها زيت الزيتون حتى تغمر كلها [والزيت معصور على البارد].

* ثم تترك /١٠/ أيام تحت الشمس، ثم تصفى الزجاجة إلى أخرى، ويكون كل عشبة لها زيتها الخاص ويتم التدليك بكل زيت بمفرده، وبالتناوب.

* يتم تحضير أساس محضر من الأعشاب السابقة [خشخاشة، بابونج، زعتر بري] بنفس طرق تحضير الأسس السابقة.

* ثم نقوم بتدليك الجسم ـ وخصوصاً العمود الفقري والحوض ومفاصل الذراعين واليدين والقدمين.

* ونحضر أساساً من عشبة (لحية الراعي) لعمل تدليك آخر، غير ما سبق.

• ثم نقوم بعمل كمادات دافئة محضرة من :

ـ عشبة لحية الراعي [مطحونة، وممزوجة بالماء حتى تصبح عجينة مهروسة].

ـ ندهن قطعة قماش ـ مما سبق ـ ونضيف عليه قطرات زيت زيتون.

ـ نضع هـذه الكمـادات علـى الأمـاكن المصـابة [بـالتيبس] بالتصـلب، كالعمود الفقري والمفاصل، ويمكن الاستفادة من هذه الطريقة حتى في بدايـة حصول التصاق أو تكلس المفاصل.

- يضاف لما سبق :

** شرب كوب من شاي [ذنب الفأر] ـ صـباحاً ومسـاءً، مضـافاً لهمـا ملعقة كبيرة من الترياق المر السويدي لكل كوب.

- وكذا نقوم بعمل مغطس محضر من نبتة (العشبة البيسية) أو الخشخاشـة أو البابونج، أو ذنب الفأر أو المريمية، أو الزعتر البري أو ذيل الحصان.

[لأن لهذه الأعشاب كلها تأثير علاجي متشابه في حالات الشلل المؤقت أو شبه الشلل أو الخفيف منه، كتيبس (تصلب) العضلات.

** وفي هذا المغطس نأخذ /١٠٠/غ مـن كـل عشـبة، لكـل مغطـس [توضع في وعاء بارد، خلال الليل للنقع، ثم تسخن في اليوم التالي، وتصـب فوق ماء المغطس ـ مغطس كامل ـ شريطة بقاء الصـدر خـارج المـاء، ومـدة الغطس ٢٠ دقيقة].

** بعد المغطس لا يجفف الجسـم، بـل يبقـى هكـذا مـبللاً، ويلـف بشرشف ويبقى المريض في السرير مع تغطية الجسم للتعرق الجيد.

** كل أسبوع يتم عمل مغطس من عشبة ما، وفي الأسبوع الآخـر مـن العشبة التالية، مع أن مغطس الزعتر البري مفيد جداً، وكذا عشـبة القـريص، لكن كميتها = ٢٠٠غ، لكل مغطس ومنطقة الصدر خارج الماء دائماً.

- كما ينصح بعمل كمادات، محضرة من أوراق عشبة (قـدم الـدب = أذن الخنزير) واسمها العلمي اللاتيني:

Heracleum Spondylium

ويتم تحضيرها :

حيث تسحق على لوح خشبي، ثم توضع على قطعة قماش، ويلف بها جسم المريض كلياً أو جزئياً، وتبقى الكمادات ضاغطة، يلف جسم المريض ببشكير (برنس) حتى طوال الليل، وعلى المريض تحمل الحكة والحساسية لأن لهذه الطريقة تأثير علاجي قوي وخاصة العضلات وتكلس المفاصل.

وقد يكون من المفيد شرب حليب الفرس، فله فائدة في هذه الحالة.

● كما أنه لعلاج حالات آلام العمود الفقري والأقراص المفصلية بين الفقرات:

** فإن المغطس الكامل له تأثير جيد، [ويتم تحضيره من مبشور بصلة نبتة عود الصليب والمساة (فادانيا)، ويتم بشرها مثل بشر الخضار، ولها فائدة جيدة].

** ويشترط أن يكون الصدر خارج الماء.

● كما يمكن عمل تدليك ومغطس من أجل الصحة العامة [للعضلات، المفاصل]، وكذا لمعالجة الأطفال الذين يعانون من صعوبة في الحركة أو تشنجات عضلية.

وكذا في حالات اضطراب النطق لديهم: فالمغاطس ذات نفع قوي لهم.

لعلاج اضطرابات النوم لدى الأطفال:

من المفيد في هذه الحالة:

● عمل مغطس كامل [محضر من الزيزفون ـ الأزهار، بمعدل /١٠٠ ـ ٢٠٠/غ من الزيزفون في وعاء فيه ماء بارد، والزهور مغمورة فيه، يترك ليلة للنقع، وفي اليوم التالي يسخن، ثم يضاف إلى ماء المغطس الدافئ، ومدة المغطس /٢٠/ دقيقة. والصدر خارج الماء.

والأزهار تكون طازجة.

● مثل هذا المغطس مفيد للكبار أيضاً، شريطة زيادة تركيز كمية الأزهار عما سبق للأطفال.

لعلاج (النواق) = الفهقة = الحازوقة:

لعلاج الحازوقة المزمنة ـ أو كثيرة التكرار :

• ينصح بشرب شاي محضر من نبتة (الشبث) [حيث توضع كمية ملعقة كبيرة لكل ١/٤ ليتر من الماء المغلي مسبقاً، ويترك ليرقد (٣ ـ ٥) دقائق، ثم يشرب منه].

لعلاج العظام (الترقق = الهشاشة) :

ينصح بمايلي:

• يتم شرب /٢/ كوب يومياً من شاي عشبة (ذيل الفأر) على أربع رشفات.

• مغطس كامل محضر من عشبة (ذنب الفأر) ــ ٢٠٠غ منها ـ لكل مغطس ـ مدة ٢٠ دقيقة، والصدر خارج المغطس (مرتين في الشهر).

• التدليك ودهن الجسم من أساس عشبة (ذنب الفأر) يومياً.

[يحضر الأساس : بملء العشبة في زجاجة حتى العنق، وتكون طازجة، ويكون جنيها في ضوء الشمس، ثم يصب فوقها كحول فواكه (عنب مثلاً)، بتركيز = ٤٠%، بحيث تغمر العشبة بالكحول، ثم تترك الزجاجة تحت الشمس مدة /١٠/ أيام.

ثم تصفى إلى أخرى، وتستخدم دهناً وتدليكاً].

لعلاج التعرق الليلي:

• يتم شرب شاي [محضر من عشبة المريمية] يومياً.

ـ وتحضر الشاي من : ملعقة صغيرة مريمية في ١/٤ ليتر ماء مغلي، وتترك لترقد مدة (٣ ـ ٥) دقائق، ثم تشرب.

ـ ربما يستمر شرب هذا الشاي مدة طويلة بمعدل كوب واحد صباحاً ومساءً.

• كما ينصح بشرب شاي محضر من عشبتين :

(٢٠) غ من المريمية + (٢٠) غ من إكليل الجبل [أو بزر الكتان].

(٢٠) غ من ذنب الحصان.

ثم تخلط، وتحضر من : ملعقة صغيرة من المزيج في ١/٤ ليتر ماء مغلي، ثم يترك ليرقد مدة (٣ ـ ٥) دقائق.

يستمر الشرب من هذا الشاي مدة طويلة، بمعدل كوب واحد [قبل الفطور، أو قبل النوم].

من أجل علاج (رجفان الأطراف) ـ اليدين أو الرجلين:

• يتم تحضير شاي، من خلطة عشبية مكونة من :

مقدار /٢٠/غ أوراق شجر الدردار + /٢٠/غ أزهار الخشخاشة.

مقدار /٢٠/غ من عشبة ذنب الفأر + /٢٠/غ مريمية.

مقدار /٢٠/غ من عشبة ذنب الحصان

تمزج هذه الأعشاب، ويصنع منه شاي بمعدل ملعقة صغيرة في ١/٤ ليتر ماء مغلي.

يتم شرب /٣/ أكواب من هذا الشاي يومياً.

يضاف لكل كوب (١٥ ـ ٢٠) نقطة من أساس محضر من الأعشاب التالية:

/٥٠/غ خشخاشة + /٢٠/غ عشبة زبدة البقرة.

/٢٠/غ أذن الدب + /١٠/غ من حبات ثرم شجر (العرعر).

تملأ كلها في زجاجة حتى عنقها، ويصب فوقها كحول فواكه تركيزه ٤٠%، حتى تغمر الأعشاب، وتترك تحت الشمس /١٤/ يوماً، ثم تصفى في زجاجة أخرى.

• ينصح بعمل مغطس جزئي للأطراف، أو مغطس كامل، ويحضر المغطس من خليط عشبي كالتالي:

رؤوس عشبة (البيسية) الطازجة + الخشخاشة، + ذنب الفأر + زعتر بري، تمزج جيداً، وتضاف لكل مغطس جزئي بمعدل /١٠٠/غ من هذا المزيج للجزئي أو /٢٠٠/غ من هذا المزيج للكامل.

ويمكن عمل /٢ ـ ٣/ مغاطس كل /١٥/يوماً.

من أجل علاج الدود:

بذور القرع المدور، بذور اليقطين.

هذه لها تأثير قوي مضاد للديدان المعوية:

أ ـ في حالة ديدان دقيقة ـ حرقص ـ خيطية ـ دقيقة الذيل :

يتم تناول /١٠ ـ ١٥/ بزرة يومياً للأطفال.

/ ٢٠ ـ ٣٠/ بزرة يومياً للكبار.

تؤكل هذه البذور مع قشرها، وتمضغ جيداً، وحتى الطحن الجيد بالاسنان.

+ بعد ساعة يتم بلع ملعقة صغيرة من (زيت الخروع).

ب ـ للديدان الشريطية :

يؤكل يومياً /٨٠ ـ ١٠٠/ بزرة ـ على أربع مراحل.

وبعد ساعة من أكل الربع الأول يتم بلع ملعقة كبيرة من زيت الخروع.

وتكرر العملية إذا لم تظهر نتائج جيدة حالاً.

لعلاج مرض (الهرص) أو مرض (القوباء[1] المنطقية):

• هذا المرض يظهر في منطقة موازية لامتداد عصب حي، ثم تظهر بثور حمراء ـ مثل حب الشباب وهي التهاب فيروسي.

• ويتم العلاج بـ :

• دهن أو مسح مكان الإصابة بعصير عشبة (الأذن المستعارة) بواسطة قطنة مبللة والعشبة اسمها العلمي ـ سبق ـ وهو Sempervivum Tetorum

• تعصر هذه العشبة الطازجة بالعصارة الكهربائية، وتؤخذ عصارتها، ويمسح بها منطقة الإصابة ولعدة مرات في اليوم.

• كمادات محضرة من خلطة عشبية، مكونة من :

٢٥غ لحاء السنديان + ١٠غ إكليل الجبل ـ أو بزر الكتان

٢٠غ الشوفان + ١٠غ زهر البابونج

٢٥غ مريمية + ١٠غ عشبة ذات الأوراق الثلاث الكبيرة.

• تخلط هذه الأعشاب، ويؤخذ منها بمعدل /٤ ملاعق كبيرة في ليتر ماء بارد، ثم توضع على النار حتى تقرب من درجة الغليان، ثم يطفأ تحتها، وترقد (٣ ـ ٥) دقائق.

• هذا المنقوع يصلح لعمل كمادات، توضع على مكان الإصابة، [عدة مرات في اليوم].

• المتبقي من الأعشاب: يعمل منها كمادات على قطعة قماش، وتسخن قليلاً، وتوضع ليلاً في حالات الإصابة الشديدة.

---

(١) القوباء: نوع من الإكزيما

للحصول على بشرة نقية وصافية، وذات نضارة :

نقوم بمايلي:

• تقطع /٤/ خيارات طولياً ـ مع قشرتها ـ دون رؤوسها، بعد غسلها جيداً.

• تعصر بعصارة كهربائية ـ شريطة كون الخيار طازجاً.

العصير الناتج يوضع في زجاجة، وتحفظ في الثلاجة.

• يؤخذ منه قليلاً على قطنة ـ تبلل بالعصير ـ ويمسح بها الوجه، قبيل النوم، ويترك حتى الصباح حيث يغسل الوجه جيداً آنذاك.

• ويمكن مسح الوجه به صباحاً أيضاً، ويبقى مدة /١٠ ـ ١٥/ دقيقة، ثم يغسل الوجه جيداً ـ ويسبق المسح دائماً غسل الوجه.

❊ ❊ ❊

نصائح من أجل علاج الأمراض السرطانية

هذه بعض النصائح التي غالباً ما تفيد في تقوية الجسم (نوعاً ما) لمقاومة آثار الأمراض السرطانية، مثل : الوهن العضلي، والآلام، والهزال، وفقدان الشهية.

لكن هذه النصائح لا تشفي الجسم من تلك الأمراض تماماً، وهذه المعالجات وقائية عشبية وتتم قبيل إجراء العمليات أو المعالجات الطبية، وبعدها مباشرة كذلك.

[وأهم تلك الأمراض السرطانية التي سنأتي على علاجها] :

أ ـ سرطان العقد اللمفاوية :

من الممكن دهن المناطق المصابة بمرهم محضر من عشبة (الآذريون).

أو زيت محضر من عشبة (الخشخاش).

كما يمكن وضع كمادات مبللة بالترياق المر السويدي بمعدل (٣ ـ ٤) مرات في اليوم، ويمكن تدليك هذه المناطق به.

ويمكن أن يتم يومياً شرب رشفات صغيرة من ١,٥ – ٢ ليتر من شاي محضر من خليط عشبي مكون من :

٣٠٠غ من عشبة الآذريون.

١٠٠غ من عشبة ذيل الحصان.

١٠٠غ من عشبة ذنب الفأر

١٠٠غ من عشبة القريص.

حيث تضاف كمية [١ ملعقة صغيرة ممتلئة من تلك الخلطة] إلى ١/٤ ليتر ماء مغلي.

ملاحظة : * في الحالات التي يترافق هذا المرض مع انتفاخ في الساقين أو الذراعين أو الجسم، مع وذمة، عندها:

يكون من المفيد عمل (مغطس جزئي أو كامل) ويحضر من عشبة (الخبيزة).

* كما أنه من المفيد: دهن ـ أو مسح ـ تلك الانتفاخات بعصير محضر من عشبة (الحماض البري الطازجة).

* وهذه العلاجات تطبق أيضاً في حالات سرطان الخصية، قبيل الاستئصال وبعده.

علاج سرطان الأمعاء :

• يقوم المريض يومياً بشرب ملعقة صغيرة قبل وبعد كل وجبة طعام مباشرة [أي : يتم شرب ٦ ملاعق يومياً للوجبات الثلاث، من شاي محضر من جذور عشبة " زنبق الماء" وتحضر كمايلي :

** تنقع ملعقة صغيرة من العشبة في ١/٤ ليتر ماء بارد.

** تترك خلال الليل.

** في اليوم التالي تسخن قليلاً وتصفى.

• كما يمكن تحضير شاي من خليط عشبي مكون من :

٣٠٠غ من عشبة الآذريون.

١٠٠غ من عشبة ذيل ـ ذنب ـ الفأر

١٠٠غ من عشبة القريص.

** تضاف ملعقة من هذا الخليط العشبي لكل ١/٤ ليتر من الماء المغلي.

** يشرب منه يومياً (١,٥ ـ ٢) ليتر على شكل رشفات صغيرة، حيث أن لهذا الشاي تاثيراً جيداً في إزالة

فقدان الشهية للطعام، وجعل المريض يأكل بشكل مناسب.

- لإزالة آلام البطن ـ أو تخفيفها :

** توضع كمادات مبللة بشاي [محضر من عشبة ذيل الحصان] حيث توضع مدة ساعتين صباحاً وظهراً

ومساءً، وذلك حالة الاستلقاء على السرير.

- نفس هذا العلاج يمكن تطبيقه في حالة سرطان البنكرياس.

سرطان الحنجرة:

- يقوم المريض يومياً بشرب شاي محضر من (عشبة الخبيزة)، الطازجة ـ لأنها ذات تأثير فعال.
- في هذه الحالة يتم شرب /٤/ أكواب يومياً من هذا الشاي.
- ويتم عمل غرغرة بهذا الشاي [بمعدل /٦/ أكواب منه].

تحضر الشاي تلك من :

ـ ملعقة صغيرة من الخبيزة لكل ١/٤ ليتر ماء [كوب واحد].

ـ تنقع العشبة ليلاً في ماء بارد.

ـ في اليوم التالي : يسخن ويصفى ويشرب على رشفات صغيرة متقطعة خلال اليوم.

ـ ويغرغر منه كوب كل (٢ ـ ٣) ساعات.

• كما يمكن عمل كمادات مبللة بشـاي (عشـبة ذنـب الحصـان) علـى منطقة الحنجرة خلال الليل.

• هذا العلاج يمكن استعماله في حالة (سرطان المري).

سرطان اللسان :

• يتم تحضير شاي من (العشبة اللصاقة) الطازجة، المفرومة.

** حيث تضاف كمية ملعقة صغيرة منها لكل ١/٤ ليتر ماء (كوب) من الماء المغلي.

** يترك قليلاً، ثم يصفى.

من هذا الشاي تعمل مضمضة وغرغرة بكمية = (٦ ـ ٨) أكواب يومياً، ويشرب رشفة صغيرة منه بين كل كوبين.

هذا العلاج يخفف الرائحة الكريهة كذلك.

سرطان العظام:

يومياً يتم شرب /٤/ أكواب من شاي محضر من عشبة (ذيل الحصـان) أو (ذنب الفأر).

• هذا الشاي له تأثير جيد في نخاع العظام من خلال تكوين الدم.

• كذلك : شرب /٢/ كوب من شاي عشبة (الآذريون).

شرب /٢/ كوب من شاي عشبة (القريص).

هاتان العشبتان لهما تأثير في تنقية الدم، ويفضل كون الأعشاب طازجة.

• تحضر الشاي من : ـ ملعقة شاي في ١/٤ ليتر ماء = كوب.

• كما يمكن تدليك الجسم (٢ ـ ٣) مرات يومياً بأساس محضر من عشبة (ذيل الفأر). أو بأساس محضر من عشبة (لحية الراعي).

سرطان الرحم والمبايض :

• يحضر شاي من خليط عشبي مكون من :

٣٠٠غ من عشبة (الآذريون).

٣٠٠غ من عشبة (ذنب الفأر).

• تضاف ملعقة صغيرة من هذه الخلطة لكل ١/٤ ليتر من الماء (= كوب)، حيث يتم شرب (١,٥ ـ ٢) ليتر يومياً على شكل رشفات صغيرة.

• يعمل (مغطس) أسبوعياً ـ على الأقل ـ جزئياً أو كاملاً محضر من عشبة (ذنب الفأر).

• لتخفيف الآلام: توضع كمادات من شاي عشبة (ذنب الحصان)، أو من الترياق المر السويدي، حيث توضع فوق منطقة الرحم والمبايض.

سرطان الجلد:

• في حالات كون السرطانات مغلقة (غير متشققة):

تمسح عدة مرات يومياً بعصير عشبة (التالولة): لتخفيف الآلام، وتنظيف المكان المصاب.

• وفي حالة كونها مفتوحة ـ متشققة، ويكون لها رائحة كريهة: عندها يتم عمل غسولات بشاي محضر من عشبة (ذنب الحصان)، وغسولات بشاي محضر من عشبة (الخبيزة).

- وتتم بشكل متعاقب للعشبتين، على أن تكون الغسولات :

دافئة (للأولى ـ ذنب الحصان).

وباردة (للثانية ـ الخبيزة).

- وفي حال انتشار المرض في مناطق كثيرة من الجسم:

يتم عمل مغطس كامل من خليط العشبتين السابقتين.

- يمكن عمل مسح محضر من عشبة (التالولة)، وبعد جفافها تدهن بمرهم من عشبة (الآذريون).

- يمكن وضع كمادات مبللة من عشبتي (ذنب الحصان، والخبيزة).

- ويتم يومياً شرب /٤/ أكواب من شاي من خليط عشبي مكون من :

❊ القريص ❊ الويرنيكة (زهرة الحواشي) ❊ الآذريون.

حيث تضاف كمية من الخليط العشبي ـ الثلاثي ـ لكل ١/٤ ليتر ماء مغلي [ملعقة صغيرة عشبة]، يشرب الخليط على شكل رشفات صغيرة ـ خلال اليوم.

سرطان الرئتين:

- يشرب يومياً شاي محضر من عشبة (ذنب الفأر) بمعدل /٤/ أكواب على شكل رشفات صغيرة.

- كما يشرب كوب من شاي (ذنب الحصان)

- ـ صباحاً والمعدة خاوية.

ـ ومساءً قبيل العشاء بنصف ساعة.

• **ومن أجل تخفيف الآلام :**

* توضع كمادات خلال الليل، حيث تلف شاشة حول الصدر، مبللة بشاي من عشبة (ذنب الحصان) على منطقة الصدر، والظهر.

• كما يمكن وضع كمادات مبللة بالترياق المر السويدي خلال النهار، ولمدة /٤/ساعات.

سرطان الكلية:

• يشرب يومياً /٤/ أكواب ـ على شكل رشفات صغيرة ـ من شاي محضر من خليط عشبي :

عشبة (طحال الغابة) + (العشبة اللصاقة).

عشبة (القريص الأبيض) + (عشبة القريص الأصفر).

تخلط بكميات متساوية.

ويمكن إضافة ملعقة صغيرة من الترياق المر السويدي لكل كوب.

ويمكن عمل مغطس جزئي أو كامل محضر من عشبة (ذنب الحصان)، [كمية = ١٠٠غ لكل مغطس جزئي و /٢٠٠/ غ للكامل].

** تنقع العشبة في الماء البارد ليلاً، ثم تسخن في اليوم التالي وتضاف إلى المغطس.

** مدة المغطس /٢٠/ دقيقة.

• **لتخفيف الآلام :**

** توضع كمادات مبللة بشاي (عشبة ذنب الحصان) ليلاً على مكان الكلى.

** حيث تلف بشاشة حول الخصر.

** كما يمكن وضع كمادات مبللة بالترياق المر السويدي خلال النهار مدة ٤ ساعات.

سرطان الثدي:

• يشرب يومياً /٦ ـ ٨/ أكواب [على شكل رشفات صغيرة] من شاي محضر من خلطة عشبية مكونة من:

٣٠٠غ عشبة (الآذريون).

١٠٠ غ عشبة (ذنب الفأر).

١٠٠غ عشبة (القريص).

تضاف كمية ملعقة من الخليط إلى ١/٤ ليتر ماء مغلي.

كما تؤخذ كمية ١/٢ كوب صباحاً وظهراً ومساءً قبل كل وجبة طعام، ويؤخذ ١/٤ كوب بعد كل وجبة بنصف ساعة على شكل رشفات صغيرة.

• **لتخفيف الآلام : ـ قبل وبعد الاستئصال للثدي ـ**

** توضع كمادات مبللة بالترياق المر السويدي، أو بشاي عشبة ذنب الحصان.

** أما في حالات ظهور ندبات بعد استئصال الثدي: عندها تدهن منطقة الندبة بمرهم محضر من عشبة (الآذريون).

سرطان المعدة:

• يمكن وضع كمادات مبللة بالترياق المر السويدي في النهار مدة (٢ ـ ٣) ساعات ،

وفي الليل: كمادات مبللة بشاي عشبة ذنب الحصان على منطقة المعدة، لتخفيف الآلام.

• وفي حالة الآلام الشديدة :

توضع كمادات مبللة بشاي عشبة (ذنب الحصان) ـ صباحاً، وظهراً ـ مدة ساعتين كل مرة ـ إضافة لما سبق.

• يشرب يومياً على شكل رشفات صغيرة (١,٥ ـ ٢) ليتر من شاي محضر من خليط عشبي مكون من :

القريص، والآذريون [الطازجتين]،

** ويتم الخلط بنسب متساوية.

يضاف /٣ ـ ٥/ قطرات لكل كوب من هذا الشاي وذلك من عصير (الحماض البري).

• في هذه الحالة : من المفيد شرب عصير محضر من خلطة عشبية محضرة من :

* قريص * طرخشقون * ذنب الفأر

* لسان الحمل * آذان الجدي

يتم ذلك بنسب متساوية من عصرها بالعصارة الكهربائية، ويشرب كل ساعة رشفة من هذا العصير.

سرطان الغدة الدرقية:

• يتم عمل غرغرة عميقة بشاي محضر من العشبة (اللصاقة)، ثم تعقبها غرغرة عشبة الخبيزة، عدة مرات في اليوم.

• كذلك تعصر العشبتان ـ وهما طازجتان ـ بنسب متساوية، وتحضر منها كمادات مبللة من هذا العصير، وتوضع خلال الليل على منطقة الغدة الدرقية [ما بين الحنجرة ومستوى عظمتي الترقوة، فوق شوكة عظمة القص].

• **ولتخفيف الآلام :**

* توضع كمادات مبللة بشاي عشبة ذنب الحصان لمدة ساعتين، وكمادات مبللة بالترياق المر السويدي، مدة ٤ ساعات خلال اليوم.

* كما يشرب على شكل رشفات صغيرة كمية (١,٥ – ٢) ليتر من شاي محضر من خليط عشبي من :

الآذريون + ذنب الفأر+ القريص [بنسب متساوية].

تضاف كمية ملعقة صغيرة إلى ١/٤ ليتر ماء مغلي، تؤخذ الكمية صباحاً وظهراً ومساءً، قبل كل وجبة مقدار ١/٢ كوب، ويضاف له ملعقة صغيرة من الترياق المر السويدي.

ملاحظة : يتم شرب نصف ما يحوي الكوب [أي ١/٤ الكوب] قبل ١/٢ ساعة من كل وجبة طعام، ويُشرب

نصف ما تبقى في الكوب بعد الوجبة بـ ١/٢ ساعة، ويتم ذلك دائماً على رشفات صغيرة.

تشمع الكبد، وسرطان الكبد :

• يشرب يومياً / ٢/ كوب من شاي محضر من عشبة (رجل الذئب)، حيث تضاف ملعقة صغيرة من العشبة على ١/٤ ليتر ماء مغلي.

** يتم شرب أول كوب صباحاً، والمعدة خاوية.

والثاني مساءً قبيل العشاء بنصف ساعة.

** كذلك يتم رشف /٦/ رشفات من شاي جذور عشبة (زنبق الماء) يومياً.

** وكذلك يتم شرب (٢ـ٣) أكواب من شاي (القريص) يومياً.

• كذلك توضع على ـ منطقة الكبد ـ كمادات مبللة بالترياق المر السويدي، لمدة ٤ ساعات.

وكمادات مبللة بشاي عشبة (ذنب الحصان) لمدة ساعتين.

وذلك خلال اليوم، لتخفيف الآلام.

سرطان الدم :

• يشرب يومياً /٢/ ليتر على الاقل من شاي محضر من خليط عشبي مكون من :

٢٠غ من عشبة (الويرونيكة) = زهرة الحواشي

٢٥غ من العشبة اللصاقة. ٢٥غ من عشبة ذنب الفأر

٢٠غ من عشبة الافسنتين ٣٠غ من فروع عشبة البيلسان = الخمان

٣٠غ من عشبة الآذريون. ٣٠غ من عشبة التالولة

٣٠غ من عشبة القريص. ١٥غ من عشبة الخشخاشة

١٥غ من عشبة طرخشقون (الجذور)

تضاف ملعقة صغيرة من الخليط إلى ١/٤ليتر ماء مغلي، ويشرب على رشفات يومياً.

• يشرب /٦/ رشفات من شاي محضر من جذور عشبة (زنبق الماء).

محضر من ملعقة من جذورها المفرومة في ١/٤ ليتر ماء بارد وتنقع ليلاً.

ثم في الصباح تسخن وتصفى ويشرب منها قبل وبعد كل وجبة مقدار رشفة واحدة.

• كما يمكن إضافة ملعقة صغيرة من الترياق المر السويدي إلى كوب من الشاي، المحضر من خليط عشبي [كما سبق ذكره] بمعدل ٣ مرات يومياً من تلك الأكواب الثمانية.

حيث تشرب قبل كل وجبة بـ ١/٢ ساعة وبعدها بنصف ساعة.

لتخفيف الآلام :

- توضع كمادات مبللة بالترياق المر السويدي لمدة ٤ ساعات على منطقة الكبد والطحال.
- كذلك توضع كمادات مبللة بشاي عشبة (ذنب الحصان) لمدة ساعتين، خلال اليوم.

ملاحظات :

- يجب الامتناع عن تناول جميع الأطعمة الحامضة والفواكه الحامضة [برتقال، ليمون]، وكذلك عصيرها، وكذلك الأطعمة المالحة، والمبهرة (بالتوابل) والدهون.
- يستحسن الإكثار من تناول التفاح.
- ويتم عمل مغطس كامل محضر من : زعتر بري ـ أخضر ـ (٢ ـ ٣) مرات أسبوعياً.

بعض الملاحظات بالنسبة للمعالجة الملطفة بالأعشاب الطبية لعلاج الأمراض السرطانية:

○ في هذه الحالات فإن عشبة (ذيل الحصان) لها تأثير جيد في تخفيف الآلام.

○ يتم تحضير كمادات مبللة بشاي هذه العشبة، وتوضع على مكان الألم، وتحضر كمادات مشبعة مع أبخرتها، لكن ربما تسبب الحساسية الجلدية، وكذا ترفع حرارة الجلد، وعند إزالة الكمادة قد يصاب المريض بالبرد أو الرشح أو الأنفلونزا، لذا :

- يجب ترك المريض وفوقه بطانية (غطاء) أو شرشف خفيف ـ صيفاً ـ وتوضع شاشة جافة فوق الكمادة، وبعدها يبقى المريض ملفوفاً بغطائه فترة.
- كما يمكن رش (بودرة) على مكان الكمادة لعدم الحساسية أو الحكة.

تحضير الكمادة :

• من عشبة (ذيل الحصان) ــ ملء الكفين ـ ثم نضعها فوق مصفاة معدنية فوق ماء يغلي، وتتشبع عندها العشبة بالماء، فتصبح طرية.

• ثم توضع فوق قطعة شاش، وفوق مكان الألم ليلاً، ونادراً ما توضع صباحاً ساعتين.

• كما يمكن وضع كمادة مبللة بالترياق المر السويدي (٤ ساعات).

• يجب دهن مكان الألم بمرهم يحضر من عشبة (الآذريون) فوق الكمادات، وفوقها قطنة جافة، وتلف ليلاً، وتستعمل هذه الكمادة عدة مرات يومياً، وهي مشبعة بالابخرة ـ كما سبق.

• كما يمكن وضع مهروس طازج محضر من عشبة :

لسان الحمل ـ أو آذان الجدي، ولسان الثور

وتوضع على مكان المرض الظاهر، وحيث يحتمل الجلد ذلك دون حساسية.

• يمكن استعمال عصير طازج لعشبة (الحماض البري)؛ حيث تغسل الأوراق وتعصر بالعصارة ويمسح بقطنة مبللة بهذا العصير مكان الألم، إن كان ذلك ظاهراً على الجلد.

• يتم تناول كوب شاي (ذنب الحصان) صباحاً قبل الفطور بـ ١/٢ ساعة، وقبل العشاء بـ ١/٢ ساعة، وخلال اليوم : يتم تناول شاي محضر من خليط عشبي مكون من :

٣٠٠غ عشبة (الآذريون) ١٠٠غ من عشبة (ذنب الفأر).

١٠٠غ من عشبة (القريص).

تخلط هذه جيداً، ويحضر منها شاي، حيث يضاف (٣ ـ ٥) قطرات من عصير (الحماض البري) للشاي، ويكون بين كل كوبين فاصل زمني (ساعة)، ويتم شرب ٦ أكواب يومياً.

** هذه الكميات الكبيرة من الشاي ضرورية للأمراض السرطانية، ويمكن تجزئتها خلال فترات اليوم [بمعدل

١٥ دقيقة بين الرشفات]، وبهذا تكون المعدة مهيأة للشربة التالية.

** وإذا ضعفت شهية الطعام فإن هذا الشاي يفتحها.

• كما أن عمل المغاطس الكاملة المحضرة من (الزعتر البري = الأخضر) لها تأثير كبير، لتنشيط الجسم ومده بالقدرة والحيوية، خاصة إن كانت هناك حرارة مرتفعة.

• وفي حالات احتباس سوائل الجسم بسبب الأمراض السرطانية: عندها يجب التوقف عن شرب الشاي وتخفف الكمية إلى النصف، ومن شاي ذنب الحصان، وعلى رشفات صغيرة يومياً (مدة ٥ أيام). وإذا طرح الجسم السوائل الزائدة: عندها يعاد شرب الشاي بكثرة، وإن عاد الاحتباس خفف الشاي إلى النصف.. وهكذا.

• يجب الالتزام بالعلاج والاستمرارية ولو كانت هناك صعوبات، فإن تجزئة العلاج والإرادة القوية تتغلب على المصاعب.

• يفضل كون الأعشاب طازجة، وإلا فيمكن تجفيفها وحفظها بأكياس نايلون إلى وقت الحاجة، كما يمكن الاحتفاظ بها في حالة تخمر بحمض اللبن ـ مثل المخلل ـ حيث تغسل الأعشاب وتقطع وتوضع في (قطرميز زجاجي متوسط) وفي الثلاجة، حيث تتلف الأعشاب بعد ٣ اسابيع وفي القطرميز يوضع العشبة ثم مصل اللبن ثم يضاف الماء وتغمر العشبة بلا فقاعات ومستوى الماء أقل من فم القطرميز بـ (٢ ـ ٣سم)، لأن الماء سوف يتخمر بفقاعات ويرفع مستوى الماء.

* يترك القطرميز /٤٨/ ساعة في مكان دافئ، ثم يحفظ في ظل بارد متوسط، ثم يفتح ويوضع في الثلاجة ـ ولا تدوم الأعشاب هذه أكثر من ٤ أسابيع.

• إن حفظ الأعشاب الطبية بطريقة التخمر بحمض اللبن مستحسن في حالة العلاجات السرطانية، وهذه تخفف المرض، وللطبيب دور أساسي في تشخيص وفحص وعلاج المريض، وتكون النباتات العشبية ذات دور مساعد فقط.

وختاماً :

• فإن ما ورد في هذا الكتاب من دور علاجي للأمراض، فإنما هو مقوٍ ومنشط للجسم، وربما يفيد في شفاء بعض الأمراض المزمنة (كالروماتيزم).

• أو قد تفيد في حالات ضغط الدم.

• ويمكن أن يكون العلاج فيزيائياً [كالمغطس والتدليك والكمادات].

كل ذلك يكون مساعداً للعلاج الطبي الذي يقرره الطبيب الذي لا يستغنى عنه البتة، وتبقى الأعشاب الطبية كعلاج طبيعي مساعد، لما فيها من خواص أوجدها الله ـ سبحانه وتعالى ـ فيها، ولذا يمكن الاستفادة مما بها من مواد علاجية، علماً بأن كثيراً من الأدوية الطبية هي نتاج تصنيع للمواد العلاجية التي تحتويها هذه الأعشاب الطبية.

وعموماً :

فإن الأعشاب الطبية تفيد في علاج الأمراض التي تستجيب للعلاج الدوائي، وليس لها تأثير في حالات الأمراض التي لا تستجيب إلا للعلاج الجراحي، اللهم إلا كمساعد للشفاء، وذلك بعد العمل الجراحي.

وختاماً

فإن هذا الكتاب قد حوى قطوفاً دانية، من صيدلية الله ـ سبحانه وتعالى ـ

الذي أحسن كل شيءٍ خلقه، والذي ما أنزل من داء إلا وأنزل معه دواءً،

وقد وصلنا إلا الختام (وما ملَّ قط سوى الواصل)

والحمد لله بدءاً واختتاماً، وله الشكر لساناً وجَناناً.

وبالشكر تدوم النعم ***(وإن تعدُّوا نعمة الله لا تحصوها)***

وفي الشفاء والعافية، اللهم آمين.

المدقق / أ. عبد الله سنده

حلب ـ ص.ب /٨٢٨٦/

الفهرس

❊ ❊ ❊